

مک‌کوشن درکم تجربه ایمن

اولاد اقامت‌نامه

نمایش سیاسی – تبلیغی در نیویورک!

هفتاد و سوسیم جمع‌مجموعی سازمان ملل در نیویورک درجریان است. در این دوره از تشکیل مجمع عمومی سالانه که همه ساله به مدت یک هفته برگزار می‌شود، به نقل از «انتنوگوتشر» دبیر کل سازمان ملل، ۱۳۲ رهبران جهان (نخست وزیران، رؤسای جمهور و نمایندگان کشورها) در اجلاس حضور دارند تا به بیان دیدگاه‌های خود دربارهٔ هم رویدادها و مشکلات در جهان بپردازند. سال گذشته ۱۱۴ تن از سران و مقامات کشورهایحضورداشتند. با این حال دبیر کل سازمان ملل می‌گوید: همه ۱۹۳ عضو حاضر در مجمع عمومی می‌توانند دیدگاه‌های خود را مطرح کنند. او در سخنرانی افتتاحیه اجلاس گفت: «... جهان اکنون با مشکلاتی بیش از گذشته مواجه است... اگرچه در اغلب مناطق جهان مشکلات کاهش یافته و بحران‌ها خفیف‌تر است، اما با رسیدن ترابپ به کاخ سفید و ریاست جمهوری آمریکا، نه تنها از مشکلات چه در سطح منطقه‌ای با بین‌المللی گامسته‌نشد، بلکه سیاست‌ها و برنامه‌های او هم بر شدت گرفتن مشکلات گوناگون افزوده و در موارد جدیدی را در روابط بین‌المللی رزم زده است. به باور اغلب سران کشورها، حتی همه‌ایران ستنی آمریکا، ترابپ در مدت نزدیک به دو سال گذشته، نه تنها راهکاری برای حل مشکلات و بحران‌ها ارائه نکرده‌است، بلکه با محوریت شعار «امریکا اول» با استفاده از سیاست «اقتدارگرایی» موجب تشدید و پیچیده‌شدن بحران‌ها شده‌است؛ زیرا کارنامه‌مدیریتی ترابپ بر اساس «حذف» و «مقابله» می‌چرخد.

طراحی اسناد دولت ترابپ برای حضور در هفتاد و سوسیم مجمع عمومی سازمان ملل، دو هدف را دنبال می‌کرد. هدف اول، قدرت‌نمایی در مسورد برنامه‌های مدیریتی ترابپ در برابر اغلب کشورهای جهان براساس شعار «یا ما، یا بر ما» و هدف دوم، نمایش سیاسی – تبلیغی در نیویورک با محوریت رقابت با جمهوری اسلامی ایران است. ترابپ ترابپ و روحانی، رؤسای جمهور آمریکا و ایران، در یک روز و با خلاصه‌سازی در مجمع عمومی سازمان ملل انجام گرفت. ترابپ سخنرانی خود با این جملات آغاز کرد که: این «دوسیم سخنرانی من در این مجلس (مجمع عمومی) است، و بلافاصله در دفاع از کارنامه یکساله خود خطاب به نمایندگان کشورهای حاضر گفت: «دولت من در کمتر از دو سال، دستاوردهای بسیار بیشتری نسبت به هر دولت دیگری در تاریخ آمریکا داشته‌است. در پنجاه سال گذشته هیچ رئیس‌جمهور آمریکا چنین موفقیتی نداشته‌است! این سخنان در آغاز سخنرانی او، با واکنش خنده جمعی همه حاضران چنان بر صدا و تمسخرآمیز شد، که ترابپ برای چند لحظه، ادامه سخنان خود را قطع کرد و به دل‌خندخلقی گفت: «تفاوت بین واکنشی و نادانمش» سپس سخنرانی خود را ادامه داد. اولین گزارش‌های اخباری شبکه‌های تلویزیونی آمریکا چنین بود که «سخنرانی ترابپ تمام شد، اما خبری نبود»؛ زیراخبرچشمی و تمسخرآمیزحاضران در جلسه که نمایندگان اغلب کشورهای جهانند، ترابپ را متعجب کرد!

با اجملاتی دربارهٔ مناقشه‌ها، بدون اینکه به بی‌پست‌های سیاست آمریکا در بحران‌ها و جنگ‌ها، در سوریه، یمن، افغانستان، عراق و لبنان بپردازد، همچون «جرح پوش» رئیس‌جمهور سابق و هم‌حزبی خود که ایران را مرکز «محر» «فشارت» در خارومیانه می‌خواند، چندینبار به‌داخلت‌های ایران در کشورهای منطقه اشاره کرد. اما در تبیین شرایط بحرانی منطقه و ریشه‌های آن که منجر به شکست آمریکا شده‌است، ناتوان ماند و جالب توجه این بود، دست‌نخورده خود (امریکا) را در صدد دولت کوچک، معرفی کرد: «وزیم‌صهریستی (اسرائیل)، عربستان (به‌خصوص ولیعهد سعودی) و شیخ‌نشین‌امارات (ابوظبی)».

مخبر تهاجمی ترابپ در سخنرانی، تلاش برای جداسازی مردم ایران از دولت خود و از نظام جمهوری اسلامی بود. تبیین این محور را با خط سیاسی – تبلیغی «ناپایداری رژیم ایران و ناپایدی مردم آن» دنبال کرد. او صراحت داشت تا سیاست «تحریم اقتصادی – تجاری» علیه ایران را موفق جلوه دهد که از نیمه آبان ماه ارنده با تحریم نفتی تشدید خواهد شد؛ اما گویا شعار قبلی خود را در صورت‌نفتی ایران را به‌صفر خواهم رسانید، پس گرفته‌باشد. تنها به این اطلاع‌دهی اکتفا کرد که تاکنون چند کشور که این نفت می‌خرند، قبول کرده‌اند تا از واردات نفتی خود کم کنند؛ اما بلافاصله از ناموفق بودن دست‌نورانش برای پیروی او یک از طرح تحریم نفتی علیه ایران گلایه شدید کرد، تا آنجا که حتی سعودی‌ها را بی‌کفایت و سست نقد خواند؛ خواست او که آن را «تهدید نفتی علیه آمریکا» نامید، با تکیه بر تکیه قیمت نفت بود که عمل با ادامه‌سیاست تحریم نفتی ترابپ علیه ایران به تناقض دچار شده‌است.

خطری که ترابپ از آن وحشت دارد، این است که با یاد بودن قیمت نفتست او یک، حتی اگر تحریم نفتی علیه ایران انجام پذیرد، بیکاره نه تنها مجموعه بورس نفتی در نیویورک را که تبادول پولی آن دلاری است به هم بریزد، واکنش افزایش سرمایه‌آور قیمت بنزین در داخل آمریکا را نیز موجب شود و در عمل راه‌نمایی عمومی مردم آمریکا را که دلندری او را هم در اعتراض‌های عمومی تا شورش علیه او، موجب شود! اگرنگاتی شدید ترابپ از بیان جملاتی علیه او یک و کشورهای عضو آن به‌خصوص آمریکا، تهدیدی که از اختیار پوتین قرار داده‌است، بسیار آشکار بود؛ با سخنان ترابپ می‌توان دریافت که همه‌ایران را در کاخ سفید به او گزاف داده‌اند که طرح تحریم نفتی علیه ایران، اولاً به هیچ وجه نمی‌تواند صادرات نفت جمهوری اسلامی را به‌صفر برساند، ثانیاً و شاید مهم‌تر آن که این تحریم نفتی (نفتی دولی‌های استد که گریب‌سان او در داخل آمریکا را نیز خواهد گرفت.

در ادامه سخنرانی او علیه اغلب دول‌ها از چین تا کشورهای اروپایی (اتحادیه اروپا)، به‌خصوص دول‌ آلمان را برای خرید گاز از روسیه ملاتم کرد. اولدول‌های او در آمریکا لاتین و غربی‌های آمریکا را از کانادا گرفته تا بقیه ... در جنگ تجاری تهدید کرد، که نشان آشکار با بارز از آشفتگی و ادامه‌سیاست اقتدارگرایانه‌اش بود، به طوری که اگر سخنرانی ترابپ را نقد تحلیل و محتوا کنیم، می‌توان دریافت که او هم در داخل آمریکا و هم در صحنه بین‌المللی، دچار مشکلات گوناگون شده‌است. به‌خصوص به‌دو در داخل و زرم‌های احتیاج (اضطراب جمع‌های فراگیر شده و ناکارآمدی مدیریتی او را حتی هم‌حزبی‌هایش (حزب‌جمهوریخواه) نیز به‌صورت روزانه سر می‌دهند.

سخنرانی ترابپ سخنرانی ناموفق بودو به‌ناچار وزیر خارجه‌اش پهنپو و مشاورین او بولتن را به‌حاجه در مختل منافقین حاضر شدند تا سخنان تندلی علیه جمهوری اسلامی با مواضع تکراری بیان کنندو وزیر خارجه سعودی‌های نیز در این جلسه سخنرانی و از ترابپ تجلیل کرد و ایران را «تهدیدمنطقه‌ای»نامید!

به خاطر ناموفق بودن سخنرانی، ترابپ سعی کرد که جلسه شورای امنیت، کاستی‌های خود را جبران کند و دوباره با همان لحن، در جلسه سخنان را تکرار کرد اما این‌بار، برخلاف آنچه پیش‌بینی می‌کرد، جلسه شورای امنیت به‌جمله‌حکامه‌که ترابپ تبدیل شد.

نخست‌وزیر انگلیس، رئیس‌جمهوری فرانسه و وزرای خارجه چین و روسیه، به صراحت مواضع ترابپ را به باد انتقاد گرفتند و زیرپا گذاشتن معاهده بین‌المللی برجام را توسط رئیس‌جمهوری آمریکا، به عنوان عملی بی‌عنادانه ترییح کردند.

مورالس، رئیس‌جمهوری بولیوی نیز در سخنانی آتشین، اقدامات آمریکا علیه ایران را از قوی محکوم کرد و گفت که حکومت آمریکا هیچ تهدیدی به‌دموکراسی ندارد و ایران همان‌طوریکه است که در سال ۱۹۵۴ کودتایی علیه دولت ملی ایران به‌محاصرتقدیر در ایران انجام بود.

روز پنجشنبه نیز، بنیامین نتانیاو نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی به عنوان تهداجمی سخنان ترابپ در پشت تریبون مجمع عمومی ظاهر شد. نتانیاوه که در برابر صندلی‌های عمدتا خلایک مجمع عمومی سخن می‌گفت، تلاش کرد با همان روش قدیمی، یعنی نشان دادن مدارک به اصطلاح معتبر هم از سخنان ترابپ حمایت کند و هم نان خود را به‌تور نه چندان داد معجزه عمومی. بدین ترتیب ایران‌بار به‌جای نقاشی از نقشه‌استفاده کرد و ادرس منطقه‌ای کش‌نمخته‌شده در نوروزآباد تهران به‌تشریف‌آورد و داد و آن را آلباز سر و اتعی ایران نامید. این‌بار نیز نتانیاوه جنس تقلبی به مشتریان فروخت. چراکه اولاً نوروزآباد که در زیان محلی تهران‌های قدیم «ادروزآباد» نامیده می‌شودمسئول ریشه‌تشدید و مایهات تهاجمی علیه اسرائیل شدته‌است. طبیعتاً نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی باید در برابر چنین جنایت‌هایی به مجمع عمومی و نمایندگان ملت‌های دنیا پاسخ می‌داد اما او با کشاندن موضوع به ایران و نشان‌دادن تصاویر متضخک سرکرد سخنرانی جنجالی‌ای را نمایش کرد.

و اما هدف اصلی نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی، در درجه اول توجیه تحریک‌های غیرقانونی ترابپ علیه ایران با توسل به دروغ‌های‌زانی بود به‌ظاهر مستحدهای است و در درجه دوم، قرار به جلو و درکردن اعداان عمومی مردم جهان از جنایات این رژیم علیه فلسطینیان بویژه در شش ماه اخیر است. طی این تاریخ ۲۵ راهپیمایی بزرگ فلسطینیان موسوم به «راهپیمایی زل‌باشکت» در روز شنبه ۱۴ اردیبه‌ماه ۱۴۰۲ در تهران و یورش به این راهپیمایی ۲۰۰۰ فلسطینی را شهید کرده و ۲۱ هزار فلسطینی با مجروح کرده‌است. این جنایات در حالی انجام شده که راهپیمایی فلسطینیان در خاک منطقه خودگردان شمالی شده و مایهات تهاجمی علیه اسرائیل شدته‌است. طبیعتاً نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی باید در برابر چنین جنایت‌هایی به مجمع عمومی و نمایندگان تصاویر متضخک سرکرد اما او با کشاندن موضوع به ایران و نشان‌دادن تصاویر متضخک سرکرد سخنرانی جنجالی‌ای را نمایش کرد.

همزمان با هفته دفاع مقدس و در آستانه

سارلوز شکست حصر آبادان، جمعی از فرماندهان، رزمندگان و ایثارگران و هنرمندان با حضرت آیت‌الله‌خمنه‌ای رهبر معظم انقلاب اسلامی دیدار کردند.

در ابتدای این برنامه، تعدادی از پیشکسوتان جنگ‌تحلیلی،خاطراتی از ایستادگی و مقاومت، «اشجاعات و ایمان» و «ایثار و شهادت» دوران دفاع مقدس بیان کردند.در ادامه این مراسم رهبر انقلاب اسلامی در سخنانی، با تقدردن صمیمانه از همه کسانی که متعهدانه پرچم‌احیایخاطرات و ارزشهای دفاع مقدس را برافراشته‌نشد داشته‌اند، تأکید کردند: باید با ایجاد یک نهفت ترجمه آثار مکتوب و صدور آثار هنری از قلم‌های دفاع مقدس و پیروح‌ایان و مجاهدات و پیام‌شکست‌ناپذیری ملت ایران را درجهانی‌برسانیم.پیام‌شکست آیت‌الله‌خمنه‌ای خاطرات رزمندگان دوران دفاع مقدس و خاط‌اده‌های آنها را گنجینه‌های بی‌بدل و سرمایه ملت ایران خواندند و افزودند: باید با احیای این گنجینه‌ها در ضایعات‌لشانی از نادرست تاریخ دفاع مقدس جلوگیری کرد.

ایشان دوران دفاع مقدس را ترسیم‌کننده وضع معادلات قدرت در دنیای حاکمیت‌سلطه دانستند و گفتند: رزمندگان دفاع مقدس با عمل خود، تصویری واقعی از دنیای وحشی و ظالم و به دور از معیروت و انصاف آید زمان، ثبت کردند که این تصویر یکی از مهم‌ترین دنیا برای ارائه‌شده رهبر انقلاب اسلامی با اشاره به نمونه‌های از شرایط نابرابر ملت ایران در مقابل دشمن متجاوز یعنی خاطرنشان کردند: در دوران دفاع مقدس، چرا مردم حالی که به ملت ایران اجازه استفاده از حداقل امکانات و تجهیزات و حتی سهمین خساردها در مقابل نمی‌شد، اما به طرف مقابل، بدترین تجهیزات جنگی حتی سلاح شیمیایی می‌دادند.

حضرت آیت الله خامنه‌ای از افزودند:

حالی که امروز برای نهمت سلاح شیمیایی چار و جنجال به راه می‌افتد، اما همین کشورهای غربی در دوران دفاع مقدس در غرض‌اندیشی، بنسبنا، تاتار، سلاح شیمیایی دادند تا در نقطه در جهه‌های جنگ بلکه در شهرهای همچون سرشدت نیز از آن استفاده کنندایشان تأکید کردند: جمهوری

پيام رهبر معظم انقلاب به مناسبت روز تجلیل از شهیدان و ایثارگران

رهبر معظم انقلاب اسلامی در پیامی به مناسبت هفته دفاع مقدس و روز تجلیل از شهیدان و ایثارگران، تأکید کردند: میدان مجاهدت در عرصه‌های گوناگون همچنان گشوده‌است، و قلبه جهاد شگوار است. متن این پیام که همزمان با مراسم غبار رسی، عطرافشانی و گلباران مزار شهیدان سرپرست کشور از سوسو حجت‌الاسلام والمسلمین شهیدیدرحالتی نماینده ولی فقیه در بنیاد شهید و امور ایثارگران در گزارا شهدای بهشت زهرا تهران قرائت شد، به این شرح است:

بسم الله الرحمن الرحيم
و السلام علیکم ورحمة الله
سیدعلی خامنه‌ای؛ ۱۴مهرماه ۱۳۹۷

رغم حجم کم آن، اما تأثیرگذار بوده‌است. حضرت آیت الله خامنه‌ای با اشاره به اهمیت و عمق مسائل دوران دفاع مقدس افزودند: در جستارهای غربی، برخی قلم‌های ایرانی با کفایت حرفه‌ای یا پیاپی تر از قلم‌های دفاع مقدس نمی‌شود، اما از نشان دادن قلم‌های دفاع مقدس هراس دارند. زیرا این قلم‌ها تصویر افشاکرانه از معادلات قدرت در دنیای حاکمیت سلطه‌گری است.ایشان تأکید بر این که با تکیه ادبی و رهبر دفاع مقدس، سلاح کارآمد و اثرگذار است، خاطرنشان کردند: باید آثار خوبی در زمینه‌دفاع مقدس به زیانهای دنیا ترجمه‌شود

اخبار داخلی

نمی‌بیند، خاطرنشان کردند: این کوتاهی ما است زیرا بسیاری از کارهایی را که باید درخصوص تلواریون دوران مقدس در غرض‌اندیشی، بنسبنا، تاتار، پرشکوه، روزنامه نگاری و فضای مجازی انجام می‌دادیم، انجام نداده ایم.ایشان افزودند: البته در مواردی که کارهای متعهدانه‌ای انجام گرفته، به

رهبر معظم انقلاب: میدان مجاهدت در عرصه‌های گوناگون همچنان گشوده‌است

ما مردم دنیا بلدانند که در آبادان و خرمشهر و در عملیات‌های ماو در شهرها و روستاها چه گذشته و بلدانند که ملت ایران چه ملتی است.
ایشان افزودند: اگر امروز به جمع آوری و افزودن سرمایه‌های خاطرات دوران دفاع مقدس روی آورده‌نشود، قطعاً ششون جنگ را آنگونه که باب میل و آرزو، روایت خواهد کرد و این، یک خطر است که همه باید با احساس و طیفه، این خطر را جدی بگیرند.رهبر انقلاب اسلامی خاطرنشان کردند: در روایت دفاع مقدس، باید روح ایمان، ایستار، دلدادگی و مجاهدت و همچنین پیام شکست‌ناپذیری ملت ایران که با شوق و ذوق به میدان جنگ می‌رفتند، منتقل‌باشند. حضرت آیت الله خامنه‌ای گفتند: امروز نیز اگر به شهیدان و دوران جنگ، اساله‌ها را به‌گوش‌باشد و به پرسش‌شونم، دچار شد و اندوه‌خواهیم شد و از آن پیام پیچمت و شجاعت و اقدام‌های به‌براعتان خواهد آمد.ایشان تأکید بر این که دستگاه‌های مسئول باید به‌طور جدی پیگیری افزایش ۱۰۰ (ابراری آثار ادبی و هنری دفاع مقدس شون، دلخیزد: اگر این کار به‌درستی انجام شود، نقشه جامع استیکبار بر هم خواهد خورد.رهبر انقلاب اسلامی در باید تأکید کردند: همانگونه که در اوایل انقلاب و در دوران دفاع مقدس، نقشه استیکبار برای ریشه کن کردن نهال انقلاب شکست خورد، مجبور به عقب‌نشینی شد.اکنون نیز می‌توان بسا تکرار بر خدا یا با همت و اقدام، این نقشه را باطل کرد.در این برنامه حجت‌الاسلام قمی رئیس سازمان تبلیغات اسلامی، پیراهن سفید دفاع مقدس هراس دارند. زیرا این قلم‌ها تصویر افشاکرانه از معادلات قدرت در دنیای حاکمیت سلطه‌گری است.ایشان تأکید بر این که با تکیه ادبی و رهبر دفاع مقدس، سلاح کارآمد و اثرگذار است، خاطرنشان کردند: باید آثار خوبی در زمینه‌دفاع مقدس به زیانهای دنیا ترجمه‌شود

ازخمنند، از رئیس سازمان تبلیغات‌خواستند.سلام

رئیس‌جمهوری: آمریکا با انزوای تاریخی و کم‌نظیری مواجه شده‌است

در جامعه جهانی عادی و رویه‌شود، افزود: مواضع صریح دبیرکل سازمان ملل متحد در جهت حفظ برجام به‌عنوان دغدغه توافق موفق حاصل از گفتگو و دیپلماسی موثر خواهد بود. روحانی با بیان اینکه جمهوری اسلامی پس از خروج غیرقانونی آمریکا از برجام به‌رغم خود، توانانده در این توافق تا کنون بر تعهدات خود پاینده بوده‌است، اظهار داشت: تلاش کنیم سایر کشورها بتوانند علاوه بر مواضع سیاسی در جهت اقدامات عملی برای امد توافق برجام همکاری کنند.

رئیس‌جمهوری افزود: مجموعه‌ای که مساز و کار آمریکا در جهان ایران تنها مانده‌است و خروج آنها از برجام امروز مورد تأیید کشورهای جهان بوده و به‌جز چند کشور معلودهمکان این اقدام را اشتباه‌بزرگی سیاسی می‌دانند، افزود: جلسه شورای امنیت هم که به‌گونه‌ای غیر معمول توسط ترابپ برگزار شد و قصد داشت با موضوع ایران این جلسه را برگزار کند که با مخالفت اعضا راجع به موضوع عدم اشاعه برقرار کرد. دکتر روحانی ادامه داد: در این جلسه نیز روشن شد که آمریکا نهامست و همه کشورهای برجام‌چنان‌که کرده و با لحن مستقیم یا غیر مستقیم اقدام آمریکا را نادرست دانستند. رئیس‌جمهوری با اشاره به دیدارها و ملاقات‌های خود با سران ۱۶ کشور، در حاشیه نشست مجمع عمومی سازمان ملل متحد گفت: در این دیدار یکی از مهمترین مباحث درباره اهمیت حفظ برجام در مسیر توسعه روابط کشورها، موفقیت دیپلماسی، عدم اشاعه، صلح و امنیت و تاخرسن‌دلی از خروج آمریکا از برجام بود.

دکتر روحانی خاطرنشان کرد: سران و مسئولان دیگر کشورها در این دیدارهای از قبیل ماندن ایران در برجام همچون آن را نشانۀ تدبیر دولت ایران دانستند و بر این موضوع که آمریکا منتظر بود تا پس از خروج از برجام، ایران هم با فاصله‌ی خارج شود تا بتوانند در کار خود موفق شوند و این اقدام دولت ایران برنامه‌ریزی‌های آمریکایی‌ها را با شکست مواجه و آمریکا را متوریز کرد. رئیس‌جمهوری بیان کرد که البته خروج آمریکا از برجام و اعمال تحریم‌های بی‌انان را برای ما به‌وجود آورده‌است، کرد: باید گفت: ملت ایران مقاطع سخت‌تر از این را تجربه کرده و مهاره با صوری، وحدت و اتحاد مواضع قاطع و با استقامت توانسته از این شرایط عبور کند.

دکتر روحانی افزود: در جلسه‌ی شورا خارجه ۴+۱ مسئول سیاست خارجی اتحادیه اروپا در سازمان ملل با آمریکا کشور اعلام کردند که مصمم به حمایت از برجام و اجرای نقش‌های تعهدات‌هستند و آماده‌اند اقاماتی را که آمریکا انجام دهد، به‌عنوان انجام می‌دهد، کاهش دهند. رئیس‌جمهوری گفت: بنیانه این نشست نشان داد که اروپا، به‌روسیه و به تکیه برجام‌چنان‌که آمریکا و با حمایت کشورهای قانونگرا و جهان‌گشای گرا از این مرحله عبورکنیم.

دکتر روحانی با بیان این که ملت ایران صبور و مقاوم بوده و از مشکلات عبور خواهد کرد، افزود: تحریم‌های آمریکا شرایط جدیدی را برای دولت ایران به‌صورت ادبی و به‌وجود آورده و ما می‌توانیم به‌عنوان فرصت از آن استفاده کنیم. رئیس‌جمهوری در پاسخ به پرسشی درباره‌برنامه‌وشمکی ایران گفت: در موضوع حقوق هسته‌های چیزی به نام موجود و توافقت ندارد و ابتدا تلاش‌هاون کند که موضوع چه‌بود و راجع به چه‌بحث کردیم، اگر کسی می‌خواهد تعهدش را زیر پا بگذارد، دلیل به این بهانه جویی‌ها نیست. توافق هسته‌ای و قطعنامه ۲۳۳۱ کلاوا روشن است. بنابراین آنچه وجود دارد این است که آمریکا یک اشتباه کرده‌است یا از این اشتباه برمی‌گردد یا می‌خواهد به اشتباه خود ادامه دهد.

دکتر روحانی اظهارداشت: آمریکا روزی باز خواهد گشت، دیر یا زود. آمریکا نمی‌تواند این روند را ادامه دهد و این به نفع ملت آمریکا نیست. کاری که دولت آمریکا انجام می‌دهد، نه به نفع ملت ایران و آمریکاست و نه به نفع اروپا و نه به نفع دیگران.

قلم‌افشانه‌ی اروپا پیش از این از طرح‌های خود استفاده از بانک سرمایه‌گذاری اروپا به‌نام کمک به ادامه تجارت با ایران خبر داده بود و این بانک، بازاری مالی اتحادیه اروپا برای کمک به دسوان است.دور تحریم‌های ایران که این طرح خود فروش، شش و تخام و روابط مالی بانک مردم ایران را هدف قرار می‌دهد، اما مارشس «کارگروه ایران» در دولت آمریکا با انتقاد از مواضع «فدریکا موگرنی» در قبال برجام گفت: اتحادیه اروپا نمی‌تواند تحریم‌های اشتکنش علیه ایران را تضعیف کند.یک روز بعد از انتشار گزارش سرپرست خبری دربارهٔ خارجه آمریکا، یک مقام ارشد واشنگتن اعلام کرد که اقدامات اتحادیه اروپا در ایجاد مکالمات ویژه برای پرداخت مالی با ایران نمی‌تواند بسا تضعیف تحریم‌ها شود. کارگروه تازه تأسیس ایران در وزارت خارجه آمریکا روز سه‌شنبه گزارشی ۸۰صفحه‌ای منتشر و در آن ایران را به حمایت از تروریسم، توسعه‌برنامه‌وشمکی، فعالیت‌های غیرقانونی «ایجاد،تهدیدیداری

«دولاد توسک» رئیس‌شورای اروپا توافق هسته‌ای را «توسعه‌برنامه‌وشمکی، فعالیت‌های غیرقانونی «ایجاد،تهدیدیداری

فساد و اطلاع‌رسانی

به‌شکر صمیمانه‌ایشان را به خانواده‌آن کودک شهید و مردم اهواز ابلاغ کند.
در این دیدار ۱۱ تن از رزمندگان دوران دفاع مقدس، آقایان: مرتضی سرهنگی – مدیر دفتر ادبیات و هنر مقاومت خود هنری مرتضی بابایی خراسانی – رزمنده دفاع مقدس و مینکر طراحی بر دل‌روح‌خانه‌اوند امیریدارالله‌عبدالله‌خمنی –فرمانده‌ناوشکن سیلان و نویسنده دفاع مقدس موسوی– رزمنده دوران دفاع مقدس سردار رهامبخش حبیبی – رزمنده و جانباز دفاع مقدس سید مسعود شجاعی – رزمنده و هنرمند انقلاب سرهنگ خلیان امیرعلی میلان– رزمنده دوران دفاع مقدس سردار حمید سرخیلی – معاون سپاه آبادان در زمان حصر آبادان

فرمایشی که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهدا... می‌بیند که راهی نیست جز یک کلیت و توصیف قیای اخاقان سابق و بعضی مدیران کنونی، و خوب که نظر می‌کنیم که اتفاق‌کسانی که در دست‌و‌پا‌های خود اعتراضات رهامیان تنم کنند. اگر ز پرورده‌ای انشا شده و اعتقاد دولتی و مکتفی‌اش فاش شده‌است، اگر آن منبع ناشناسی افشا شد و حقیقتی کش شود شایعه‌پراکنی کرده‌ایم و احتمالاً در دادگاه، دودمان‌منع به یاد خواهد رفت. آن خودمان تحلیل و گمانه‌نوی کنیم، شاید مصداق نشویش افهام عمومی شویم و قس علیهد

آگهی مزایده عمومی

شرکتی در نظر دارد انومبیل های مشروح ذیل را از طریق مزایده عمومی به فروش برساند طالبین می توانند جهت بازدید و اخذ مدارک مزایده از تاریخ نشر این آگهی تا پایان وقت اداری روز دوشنبه مورخ ۹۷/۷/۹ به محل شرکت واقع در میدان آرژانتین، اول خیابان بخارست، نبش خیابان ۱۹، پلاک ۶۶، ساختمان مبین مراجعه نمایند.

ردیف	شرح خودرو
۱	مزدا نقره‌ای مدل ۸۳
۲	پژو پارس اتومات مشکی مدل ۹۱
۳	پژو پارس سفید مدل ۹۲
۴	سمند LX نقره‌ای مدل ۸۸
۵	پژو ۴۰۵ خاکستری مدل ۸۷
۶	پژو پارس ELX مشکی مدل ۹۵
۷	پژو پارس سال خاکستری متالیک مدل ۹۲

آگهی دعوت به مجمع عمومی عادی به طور فوق العاده نوبت دوم
شرکت سرمایه گذاری ملی ایران (سهامی عام)
ثبت شده به شماره ۲۳۲۰۶
به شناسه ملی ۱۰۱۰۶۸۶۷۷۹

پیرو درخواست مؤسسه صندوق بازنشستگی وظیفه از کارافتادگی و پس انداز کارکنان بانکهای ملی و ادغام‌شده در اجرای ماده۹۵ از لایحه قانونی اصلاح قسمتی از قانون تجارت و دعوت مجمع عمومی عسادی به‌طور فوق‌العاده شرکت با دستور جلسه انتخاب اعضای هیأت مدیره برای روز پنجشنبه مورخ ۱۳۹۷/۶/۱۵ و عدم تشکیل مجمع اعضایا شده در تاریخ مذکور به دلیل عدم حضور حضاناب قانونی، بدینوسیله از کلیه سهامداران و صاحبان سهام محترم شرکت دعوت به عمل می‌آید تا در جلسه مجمع عمومی عادی به‌طور فوق‌العاده نوبت دوم شرکت‌کننده در روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۷/۸/۴ ساعت ۹ صبح در محل تهران- خیابان کریمخان زند- خیابان استاد تجاات‌اللهی- ترسیده به خیابان طالقانی- جنب پارک ورشو- سالن فردوسی تشکیل خواهد شد شرکت نمایند.

دستور جلسه:

۱- انتخاب اعضای هیأت مدیره

با توجه به الزامات قانونی در خصوص ثبت صورت حاضرین در مجمع به همراه داشتن کارت ملی برای سهامداران، وکلا و نمایندگان قانونی آنان جهت حضور در مجمع الزامی می‌باشد.

هیأت مدیره
شرکت سرمایه گذاری ملی ایران (سهامی عام)

استخدام مهندس ITS

یک شرکت معتبر در حوزه راه، حمل ونقل و ترافیک نیازمند جذب نیروی متخصص در صنعت ITS در تحصیلات و سابق کار ی مرتبط می‌باشد. از واجدین شرایط دعوت می‌شود تا رزومه خود را به آدرس اینترنت ITManager@TSEC.ir و یا شماره فکس ۰۲۱-۸۸۰۸۹۳۰۰ ارسال نمایند.

آگهی مجمع عمومی عادی سالیانه شرکت چیکلک شرقی (سهامی خاص) در حال تصفیه به شماره ثبت ۱۷۲۷۵۵ نوبت دوم
با توجه به عدم دمناب در مجمع عمومی مورخ ۱۳۹۷/۶/۱۲ بدینوسیله از سهامداران محترم شرکت چیکلک شرقی در حال تصفیه دعوت بعمل می‌آید تا در مجمع عمومی نوبت دوم در تاریخ ۱۳۹۷/۷/۱۲ که از ساعت ۱۲ الی ۱۶ در محل قانونی شرکت تشکیل می‌گردد شرکت فرمایند.

دستورات جلسه:

۱-استماع گزارش بارس قانونی
۲- تصویب ترازنامه و صورت‌های مالی عملکرد ۱۳۹۶
۳-تصویب موارد

مدیر تصفیه

آگهی دعوت به مجمع عمومی فوق العاده انجمن صنفی شرکتهای حمل و نقل بین المللی ایران

بدینوسیله از مدیران عامل یا یکی از اعضای هیأت مدیره شرکتهای حمل و نقل بین‌المللی عضو این انجمن یا در دست داشتن معرفی‌نامه از طرف شرکت و یا وکیل شرکت با داشتن وکالتنامه رسمی، دعوت به عمل می‌آید که در مجمع عمومی فوق‌العاده انجمن که رأس ساعت ۱۵ روز چهارشنبه مورخ ۹۷/۷/۲۵ در مرکز اصلی انجمن واقع در تهران خیابان مفتح شمالی خیابان شهید مایز ی‌پور پلاک ۹۶ سالن اجتماعات تشکیل خواهد شد، حضور به هم رسانند.

دستور جلسه:۱- اصلاح اساسنامه انجمن

هیئت مدیره

شنبه ۷ مهر ۱۳۹۷- ۱۹ محرم ۱۴۴۰- ۲۹ سپتامبر ۲۰۱۸- سال نود و سوم - شماره ۳۷۱۰۹

به منظور شرکت در انتخابات

سازمان صنعت، معدن و تجارت آستان تهران

هیأت اجرایی برگزاری انتخابات اتحادیه‌های صنفی تهران

آگهی فراخوان اعضای اتحادیه صنف حمل و نقل بار سبک شهری و یکم محو توری شهرستان تهران (نوبت سوم)
در اجرای ماده ۱۱۱ین‌نامه اجرایی انتخابات هیأت‌مدیره اتحادیه‌های صنفی، بدینوسیله از کلیه اعضای دارای پروانه کسب اتحادیه صنف حمل و نقل بار سبک شهری و یکم‌موتوری شهرستان تهران دعوت می‌گردد، از ساعت ۹ الی ۱۶ روز یکشنبه مورخ ۹۷/۷/۲۹ جهت شرکت در دور سوم انتخابات اتحادیه، شخصا به نشانی: خیابان شهیدمطهری بعد از خیابان شهید مفتح خیابان شهید محمدحسین علی‌اگری بالاتر از سازمان آتش‌نشانی درب شرقی صفای جنوبی حضرت امام خمینی (ره) سالن نمایشگاهی مراجعه و کاندیداهای مورد نظر خود را از بین افراد ذیل در قالب ۷ نفر از اعضای اصلی هیأت‌مدیره و (نفر بزرگس انتخاب نمایند. **تکات مهم:**۵- بر اساس ماده ۱۲۳این‌نامه انتخابات اتحادیه‌های صنفی فقط صاحب پروانه کسب مجاز به شرکت در انتخابات بوده و شرکت‌ها، دارندگان وکالت محضری، مباشر و اعضای خانواده مجاز به شرکت در انتخابات نمی‌باشند. ۵- ارائه اصل کارت ملی و یا پروانه کسب و یا تصویر آن جهت شرکت در انتخابات ضروری است.

۵- ارائه بصورت الکترونیکی بر گزار می‌گردد.

ردیف	نام	نام خانوادگی	ردیف	نام	نام خانوادگی
۱	پهن	آذری	۱۴	سپیل	غلامی
۲	محمد	آئینه ساری	۱۵	حسین	غلامی کلدی
۳	داود	احمدی	۱۶	علیرضا	فیضی
۴	مین	احمدیانی	۱۷	علی	قاسمی
۵	غلامرضا	ادهبی	۱۸	عباس	قنبری
۶	عباس	تاج آبادی فر اهانی	۱۹	عین‌اله	کاسوی حمیدپور
۷	سیدفرهاد	جمالی	۲۰	فرهاد	محسنی تکلو
۸	مرتضی	جمشیدزاده	۲۱	داود	محمدی
۹	غلامرضا	خالدی	۲۲	ابوالقاسم	مختاری
۱۰	هادی	خسروی‌شدی	۲۳	سیدمحسن	موجانی
۱۱	امیرعباس	خضایی	۲۴	سیدمهدی	موسوی
۱۲	علی‌اصغر	دلجو بچه‌چیر	۲۵	زمان	والی‌پور
۱۳	محمد	صباغینی			

اسامی داوطلبین عضویت در بازرسی (۱ نفر انتخاب شود)

ردیف	نام	نام خانوادگی	ردیف	نام	نام خانوادگی
۱	حمیدرضا	محمودی	۲	محمد	محمودی

محمد جعفر نیاز رئیس هیئت اجرایی برگزاری انتخابات اتحادیه‌های صنفی

الف/۵۰۸

موسسه املاک و مستغلات تامین اجتماعی برگزار می کند

خرید مطمئن، فرصتی تازه برای سرمایه گذاری

این موسسه در نظر دارد تعدادی از املاک خود در استان **آذربایجان غربی و مازندران** را بصورت نقد و اقساط با مشخصات ذیل از طریق مزایده عمومی بفروش برساند.

۱- متقاضیان می‌توانند از روز شنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۷/۰۷ لغایت روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۷/۲۵ همه روزه به جز ایام تعطیل (پنجشنبه و ایام تعطیل رسمی) از ساعت ۸ صبح لغایت ۱۵:۰۰ جهت کسب اطلاع از شرایط و دریافت فرم شرکت در مزایده و تحویل پیشنهادات به نمایندگی های فروش به نشانی های مندرج در جداول ذیل مراجعه نمایند.

۲- اخذ درخواستهای پیشنهادی به همراه فرم شرکت در مزایده و اصل چک تضمین در وجه موسسه املاک و مستغلات تامین اجتماعی به میزان ۵٪ قیمت پایه همه روزه در ساعات اعلام شده اخذ می گردد.

۳- شرکت کنندگان می باید مبلغ ۲۰۰,۰۰۰ ریال بابت خرید اسناد مزایده به حساب ۰۹۵۰۴۳۴۰۵ کد ۱۲۴۳۳ نزد بانک رفاه کارگران شعبه جهان کودک به نام موسسه املاک و مستغلات تامین اجتماعی واریز و اصل فیش مربوطه را ضمیمه برگ پیشنهاد نمایند (ضمنا مبلغ واریزی جهت خرید اسناد به هیچ عنوان مسترد نخواهد شد)

۴- بازگشایی پاکت های ارائه شده در روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۷/۳۰ راس ساعت ۱۱ صبح در محل سالن جلسات موسسه املاک و مستغلات واقع در تهران- خیابان ولیعصر- پایین تر از میدان ونک خ شهیدان فوزی (هفتم) خ شهید شمس لاهیجانی (نبلیوی شمالی سابق) بن بست یکم پلاک ۵ انجام خواهد شد (حضور متقاضیان در جلسه اختیاری است).

۵- املاک عرضه شده با وضعیت موجود بفروش می رسد و بازدید از املاک مورد درخواست الزامی است.

۶- موسسه املاک در رد یا قبول هریک از پیشنهادات در هر مرحله از مزایده مختار می باشد.

۷- در خصوص خریدهای اقساطی املاک غیر تجاری، تجاری و خرید های نقدی:

- پرداخت هزینه های مالیات نقل و انتقال و پرداخت عوارض شهرداری و پسماند تا تاریخ تحویل ملک به خریدار بر عهده موسسه می باشد.

- هزینه های مندرج در بند ۷ از تاریخ تحویل تا زمان انتقال سند برعهده خریدار است.

- هزینه های دفترخانه بالمناصفه پرداخت خواهد شد.

- هزینه اخذ کد رهگیری (در صورت نیاز خریدار) از سوی خریدار پرداخت خواهد شد.

۸- اطلاعات مربوط به مزایده در وب سایت موسسه به آدرس **www.amlaktamin.ir** در دسترس قرار دارد(ملک نهایی در خصوص اطلاعات ارائه شده مندرجات وبسایت موسسه بوده و بازدید از آن الزامی می باشد)



سازمان تامین اجتماعی



موسسه املاک و مستغلات تامین اجتماعی

مزایده عمومی شماره ۶-۹۷

این موسسه در نظر دارد تعدادی از املاک خود در استان **آذربایجان غربی و مازندران** را بصورت نقد و اقساط با مشخصات ذیل از طریق مزایده عمومی بفروش برساند.

۱- متقاضیان می‌توانند از روز شنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۷/۰۷ لغایت روز چهارشنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۷/۲۵ همه روزه به جز ایام تعطیل (پنجشنبه و ایام تعطیل رسمی) از ساعت ۸ صبح لغایت ۱۵:۰۰ جهت کسب اطلاع از شرایط و دریافت فرم شرکت در مزایده و تحویل پیشنهادات به نمایندگی های فروش به نشانی های مندرج در جداول ذیل مراجعه نمایند.

۲- اخذ درخواستهای پیشنهادی به همراه فرم شرکت در مزایده و اصل چک تضمین در وجه موسسه املاک و مستغلات تامین اجتماعی به میزان ۵٪ قیمت پایه همه روزه در ساعات اعلام شده اخذ می گردد.

۳- شرکت کنندگان می باید مبلغ ۲۰۰,۰۰۰ ریال بابت خرید اسناد مزایده به حساب ۰۹۵۰۴۳۴۰۵ کد ۱۲۴۳۳ نزد بانک رفاه کارگران شعبه جهان کودک به نام موسسه املاک و مستغلات تامین اجتماعی واریز و اصل فیش مربوطه را ضمیمه برگ پیشنهاد نمایند (ضمنا مبلغ واریزی جهت خرید اسناد به هیچ عنوان مسترد نخواهد شد)

۴- بازگشایی پاکت های ارائه شده در روز دوشنبه مورخ ۱۳۹۷/۰۷/۳۰ راس ساعت ۱۱ صبح در محل سالن جلسات موسسه املاک و مستغلات واقع در تهران- خیابان ولیعصر- پایین تر از میدان ونک خ شهیدان فوزی (هفتم) خ شهید شمس لاهیجانی (نبلیوی شمالی سابق) بن بست یکم پلاک ۵ انجام خواهد شد (حضور متقاضیان در جلسه اختیاری است).

۵- املاک عرضه شده با وضعیت موجود بفروش می رسد و بازدید از املاک مورد درخواست الزامی است.

۶- موسسه املاک در رد یا قبول هریک از پیشنهادات در هر مرحله از مزایده مختار می باشد.

۷- در خصوص خریدهای اقساطی املاک غیر تجاری، تجاری و خرید های نقدی:

- پرداخت هزینه های مالیات نقل و انتقال و پرداخت عوارض شهرداری و پسماند تا تاریخ تحویل ملک به خریدار بر عهده موسسه می باشد.

- هزینه های مندرج در بند ۷ از تاریخ تحویل تا زمان انتقال سند برعهده خریدار است.

- هزینه های دفترخانه بالمناصفه پرداخت خواهد شد.

- هزینه اخذ کد رهگیری (در صورت نیاز خریدار) از سوی خریدار پرداخت خواهد شد.

۸- اطلاعات مربوط به مزایده در وب سایت موسسه به آدرس **www.amlaktamin.ir** در دسترس قرار دارد(ملک نهایی در خصوص اطلاعات ارائه شده مندرجات وبسایت موسسه بوده و بازدید از آن الزامی می باشد)

دفتر نمایندگی فروش: ارومیه خیابان کاشانی چهارراه شهید بهشتی ساختمان اداره کل تامین اجتماعی (طبقه سوم/ امور حقوقی) تلفن: ۰۴۴-۳۲۲۴۹۴۲۲									
ردیف	کد ملک	مورد مزایده	عرصه	اعیان	کاربری	نشانی	توضیحات	قیمت پایه (ریال)	شرایط پرداخت
۱	۲۹۰۶	زمین	۸۲۹/۱۱	۰	اداری	مهاباد - خ شهید شهریکندی حدفاصل میدان علماری و میدان شهید فهمیده جنب تالار پذیرایی کلاشی ۹۱	ملک دو کله می باشد.	۲۹,۳۰۹,۱۹۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲	۳۰۶۱	زمین	۴۱۴/۵	۰	مسکونی -تجاری	ماکو- شهرک ولیعصر - پنج کلاسه	_____	۲۳,۷۴۸,۱۳۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۳	۳۰۶۲	زمین	۴۳۳/۵	۰	مسکونی -تجاری	ماکو- شهرک ولیعصر - پنج کلاسه	ملک دو کله می باشد.	۲۳,۴۲۳,۹۲۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۴	۳۰۶۳	زمین	۱۶۸/۵	۰	مسکونی -تجاری	ماکو - بلوار مدرس- جنب مدرسه پیش ساخته	_____	۵۱۰۵۵۵۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۵	۳۵۲	عرصه و اعیان	۱۹۰/۹۵	۱۰۵	مسکونی	خوی- پشت دخانیات و پادگان سپاه خیابان شهید عسگرزاده کوچه امیرکبیر ۲	دارای یک طبقه اعیانی و انشعابات آب، برق و گاز می باشد	۲,۳۸۶,۶۳۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۶	۳۵۱	عرصه و اعیان	۲۹۷/۷۰	حدود ۱۰۰	مسکونی	خوی- پشت دخانیات و پادگان سپاه خیابان شهید عسگرزاده کوچه امیرکبیر نبش کوچه حماسه ۴	دارای یک طبقه اعیانی و انشعابات آب، برق و گاز می باشد	۴,۱۶۱,۲۰۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۷	۲۱۵۹	زمین	۱۰۴۲۹	۰	مسکونی	ارومیه، خیابان سعدی ۲، برخیاپان طریقت	-	۷۳,۷۳۳,۰۳۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۸	۲۱۷۳	زمین	۲۰۲/۵	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۸۸	-	۱,۹۴۴,۹۹۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۹	۲۱۷۶	زمین	۲۰۷	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۸۹	-	۱,۹۸۶,۱۷۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۱۰	۲۱۹۴	زمین	۲۱۶	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۹۰	-	۱,۷۰۱,۶۵۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۱۱	۲۱۹۲	زمین	۲۰۷/۱۴	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۹۱	-	۱,۶۳۱,۸۵۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۱۲	۲۱۶۵	زمین	۲۰۲/۷۸	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۹۲	-	۲,۳۵۵,۲۹۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۱۳	۲۱۶۴	زمین	۴۰۴/۷۹	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۹۳	-	۲,۳۵۵,۴۱۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۱۴	۲۱۷۱	زمین	۲۰۲/۵	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۹۴	-	۱,۹۴۴,۹۹۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۱۵	۲۱۷۷	زمین	۲۰۷	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۹۵	-	۱,۹۸۶,۱۷۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۱۶	۲۱۶۸	زمین	۱۸۲/۵	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۹۶	-	۲,۱۱۹,۷۴۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۱۷	۲۱۷۰	زمین	۱۸۲/۴۹	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۹۷	-	۲,۱۱۹,۶۳۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۱۸	۲۱۹۳	زمین	۲۴۰/۸۱	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۹۸	-	۱,۸۹۷,۱۱۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۱۹	۲۱۷۵	زمین	۲۰۷	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۰۹۹	-	۱,۹۸۶,۱۷۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲۰	۲۱۹۱	زمین	۲۱۶	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۰۰	-	۱,۷۰۱,۶۵۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲۱	۲۱۶۷	زمین	۱۸۲/۵	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۰۱	-	۲,۱۱۹,۷۴۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲۲	۲۱۶۹	زمین	۱۸۲/۴۹	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۰۲	-	۲,۱۱۹,۶۳۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲۳	۲۱۶۶	زمین	۱۸۲/۵	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۰۳	-	۲,۱۱۹,۷۴۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲۴	۲۱۷۲	زمین	۲۰۲/۵	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۰۴	-	۱,۹۴۴,۹۹۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲۵	۲۱۷۴	زمین	۲۰۲/۵	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۰۵	-	۱,۹۴۴,۹۹۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲۶	۲۱۹۰	زمین	۲۱۶	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۰۶	-	۱,۷۰۱,۶۵۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲۷	۲۱۸۷	زمین	۳۱۸/۰۸	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۰۷	-	۲,۵۰۵,۸۴۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲۸	۲۱۸۵	زمین	۲۱۶	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۰۸	-	۱,۸۴۳,۲۶۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۲۹	۲۱۸۶	زمین	۲۱۶	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۰۹	-	۱,۷۰۱,۶۵۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۳۰	۲۱۸۳	زمین	۲۱۶	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۱۰	-	۱,۸۴۳,۲۶۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۳۱	۲۱۸۰	زمین	۱۸۹	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۱۱	-	۱,۸۱۳,۲۶۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۳۲	۲۱۸۸	زمین	۲۱۴	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۱۲	-	۲,۴۸۵,۶۱۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۳۳	۲۱۸۴	زمین	۲۱۶	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۱۳	-	۱,۸۴۳,۲۶۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۳۴	۲۱۸۲	زمین	۲۳۸/۸۶	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۱۴	-	۲,۲۹۱,۸۷۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۳۵	۲۱۷۸	زمین	۱۸۹	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۱۵	-	۱,۸۱۳,۲۶۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد
۳۶	۲۱۷۹	زمین	۱۸۵	۰	مسکونی	مهاباد- کوی جانبازان، کوی مگر، پلاک فرعی ۱۱۱۶	-	۱,۷۷۵,۰۸۰,۰۰۰	۴۰ درصد نقدی الباقی ۲۴ ماهه با اعمال سود ۲۰ درصد

رئیس جمهوری ونزوئلا: آماده دیدار

با ترامپ هستم

سرویس خارجی: رئیس جمهوری ونزوئلا در جریان سخنرانی اش در مجمع عمومی سازمان ملل اعلام کرد که تحریم‌های اقتصادی آمریکا که علیه کاراکاس اعمال شده غیرقانونی هستند و به منزله آزار اقتصادی برای این کشور آمریکای جنوبی محسوب می‌شوند و به همین دلیل آماده دیدار با رئیس جمهوری امریکاست.

نیکلاس مادورو گفت: تحریم های آمریکا یک آزار اقتصادی برای ما بود و ما قادر نبودیم از ارز بین‌المللی دلار استفاده کنیم، این یک آزار و واشنگتن تجاری و اقتصادی برای ونزوئلا بوده است؛ اینها تحریم‌های غیرقانونی هستند که آمریکا علیه ما اعمال کرده است. وی افزود: همزمان که ونزوئلا به دفع تهدیدات و دستورات از جانب الیگاریهای اقتصادی در واشنگتن ادامه می‌دهد رسانه‌های بزرگ آمریکایی از جمله نیویورک تایمز، واشنگتن پستست و مجله تایم از آماده شدن توطئه کودتا برای سرنگونی دولت کاراکاس گزارش دادند؛ دولتی که به صورت دموکراتیک انتخاب شده است. مادورو افزود: من همچنان آماده هستم تا با دونالد ترامپ، رئیس جمهوری آمریکا در خصوص اختلافات مذاکره کنم. وی در ادامه گفت: دونالد ترامپ و من قطعا اختلاف نظرهایی داریم و همین موضوع است که ما را ملزم می‌سازد تا درباره آنها به مذاکره بنشینیم، من آماده‌ام تا با یک برنام‌ه باز و در خصوص هر چیزی که ترامپ می‌خواهد یا او مذاکره کنم.

گفتنی است وزارت خزانه داری آمریکا روز سه شنبه دور جدیدی از تحریم‌ها را علیه ونزوئلا اعمال کرد و همسر مادورو و چند تن از مقامات مهم کابینه وی را به لیست افراد تحریم شده اضافه کرد. همزمان ترامپ هم گفت: اگر ارتش ونزوئلا تصمیم بگیرد، دولت مادورو به سرعت سرنگون خواهد شد.

از سوی رئیس جمهوری ونزوئلا اعلام کرد که رئیس حقوق بشر سازمان ملل هر زمان به ونزوئلا بیاید، از وی استقبال می‌شود. این اظهار نظر از سوی نیکلاس مادورو، پس از آن مطرح شد که میچل باجله، رئیس حقوق بشر سازمان ملل خطاب به کاراکاس تاکید کرد به بازرسان بین‌المللی اجازه دهد تا اوضاع حقوق بشر در این کشور آمریکای لاتین را مورد بررسی قرار دهند.

مادورو با پاسخ به خبرنگاران در سازمان ملل که پرسیده بودند آیا وی حضور چنین هیاتی را برای ارائه گزارش درباره وضعیت حقوق بشر در ونزوئلا می‌پذیرد یا خیر گفت: البته، هر زمان که رئیس حقوق بشر سازمان ملل بخواهد، این کار انجام می‌شود.وی ادامه داد: باجله باید با وزارت خارجه ونزوئلا زمانی که می‌خواهد به کشورمان بیاید، هماهنگ کند و ما همیشه او را مورد استقبال قرار می‌دهیم.

گفتنی است اوایل روز پنجشنبه گذشته، شورای حقوق بشر سازمان ملل قطعنامه‌ای را درباره نگرانی‌های جدی در زمینه نقض‌های گسترده حقوق بشر در ونزوئلا منتشر و به این کشور تاکید کرد تا به باجله اجازه دهد گزارش‌ا را درباره وضعیت حقوق بشر در ونزوئلا با حضورش در این کشور ارائه کند. در خبر دیگری نماینده دائم آمریکا در سازمان ملل در اقدامی غیرمعمول در تجمع اعتراضی علیه نیکلاس مادورو در مقابل ساختمان این سازمان در نیویورک مشارکت کرد. تیکی هیلی در این تجمع برای معترضان سخنرانی کرد. این تجمع اعتراضی هنگام برگزاری نشست مجمع عمومی و پیش از سخنرانی مادورو در مجمع عمومی برگزار شد.

اسلام آباد: به دنبال پایان تنش میان پاکستان و آمریکا هستیم

سرویس خارجی:وزیر امور خارجه پاکستان از تلاش اسلام آباد برای پایان دادن به تنش در روابط دوجانبه با واشنگتن خبر داد.

«شاه محمود قریشی» که برای شرکت در اجلاس سازمان ملل به نیویورک سفر کرده است، گفت: سعی داریم به تنش با آمریکا پایان بدهیم. وی با بیان این که تلاش می‌کنیم به تنش میان اسلام‌ آباد – واشنگتن پایان دهیم اما آمریکایی‌ها نیز باید واقعیت‌های میدانی را درک کنند.افزود: به دنبال حل اختلافات با ایالات متحده هستیم و به نظر می‌رسد آنها نیز به این نتیجه رسیده باشند که باید به درخواست‌های پاکستان توجه کنند. قریشی تصریح کرد:درماه‌های اخیر آمریکا واکنش‌های تندی علیه پاکستان داشتند اما سعی می‌کنیم این کشور را با واقعیت آشنا کنیم تا مقامات واشنگتن تصمیمات عجولانه نگیرند.

وی همچنین افزود: به خوبی می‌دانیم که به خاطر پاکستان ارتباط خود با هند را خراب نخواهد کرد.قریشی گفت: ما برای صلح با هند پیشقدم شدیم و حالا نوبت دهلی‌نو است که برای ادامه مذاکرت وارد عمل شود.

در خبر دیگری،فرمانده ارتش پاکستان، حکم دادگاه های نظامی این کشور برای اعدام ۱۱ متهم به انجام اقدامات تروریستی را تایید کرد.

طرح داعش برای مسموم کردن آب شرب ارتش لبنان خنثی شد

یکی از سرکردگان داعش موسوم به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری گروهک تروریستی تکفیری داعش، نقشه مسموم کردن آب شرب ارتش لبنان خنثی شد.

اداره کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

امنیتی لبنان در پیانه ای اعلام کرد، به «ابولولاء» اعتراف کرده و گفته که مامور شده بود تا با همکاری شخص دیگر با استفاده از مواد سمی دو عملیات را در لبنان و یک کشور خارجی انجام دهند.

داعش کل امنیت عمومی لبنان

صاحب امتیاز: شرکت ارتباط اچ (مؤسسه اطلاعات) مدیر مسئول: سیدمحمدوعالی سردبیر: علیرضا خانی نشانی:تهران- بلوار میمنه-ماده- خیابان مصدق جنوبی (نقته جنوبی سابق) ساختمان اطلاعات -کدپستی ۱۵۴۹۵۲۱۱ (تهران) پست تصویری تحریریه ۲۲۲۵۸۰۲ تلفن: ۲۹۹۹۹۹۹۹ تلفن پذیرش آگهی‌ها ۲۲۲۵۸۰۱۹ و ۲۲۲۵۸۰۱۴-۲۲۲۵۸۰۱۳ نشانی اینترنت: http://www.etelaat.com پست الکترونیکی: etelaat@etelaat.com منشور اخلاقی: http://www.etelaat.com/ftp/manshoor.pdf

وزرای خارجه ایران، روسیه و ترکیه خواستار تسریع در حل سیاسی بحران سوریه شدند

سرویس خارجی: وزرای امور خارجه ایران، روسیه و ترکیه در نشست سه‌جانبه در نیویورک، بار دیگر بر عزم راسخ سه کشور برای ادامه تلاش‌های مشترک به منظور تسریع در روند حل و فصل سیاسی اوضاع سوریه تاکید کردند.

محمدجواد ظریف، سرگئی لاوروف و مولود چاوش‌اولو در نشست سه‌جانبه در نیویورک، بار دیگر بر عزم راسخ سه کشور برای ادامه تلاش‌ها به منظور تسریع در آغاز به کار کمیته قانون اساسی تاکید کردند. وزارت امور خارجه روسیه در پایان این دیدار ملی در سوریه به بازتابی اعلام کرد که در جریان این نشست سه‌جانبه اوضاع زمینی در سوریه، از جمله در منطقه کاهش تنش ادلب به طور مفصل مورد بررسی قرار گرفت و آنها همچنین بر لزوم از سرگیری هر چه سریعتر روند حل و فصل سیاسی و پایدار بحران در سوریه تاکید کردند.

خارجه روسیه افزود، روسای دستگاه دیپلماسی سه کشور بار دیگر بر عزم راسخ مسکو، تهران و آنکارا برای ایجاد و آغاز به کار کمیته قانون اساسی سوریه در ژنو، بر اساس تصمیمات اتخاذ شده در کنفره گفت‌وگوهای ملی سوریه در بندر سوچی و قطعنامه شماره ۲۲۵۴ شورای امنیت سازمان ملل تاکید کرد. در این بیانیه آمده است، هر سه طرف توافقات صورت گرفته در نشست سران روسیه و ترکیه در سوچی برای ایجاد صلح و ثبات در اسنان ادلب و بوجود آمدن این امکان که شهروندان غیرنظامی ساکن این منطقه در ادامه مبارزه سازش پایدیز با تروریسم آسیب بیشتری ندیده و محافظت شوند را بسیار مثبت و قابل توجه دانستند. وزارت

شهادت ۳ جوان شیعه عربستانی در حمله نظامیان سعودی به «القطفیف»

سرویس خارجی: برخی منابع رسیده، نیروهای امنیتی سعودی علاوه بر آن، به بهانه دستگیری شمارش از حمله نیروهای نظامی سعودی به منطقه شیعنهشین «القطفیف» واقع در شرق عربستان دادند.

سه گفته منابع خبری، نظامیان سعودی در ادامه سرکوب شیعیان این کشور، با یسورش به منطقه شیعنهشین «القطفیف» درشرق عربستان، سه جوان شیعه را به ضرب گلوله به شهادت رساندند.منابع خبری اعلام کردند: این افراد پس از شناسایی یک منزل متروک در محله «الکبک»، واقع در مرکز استان «القطفیف»، تحت محاصره نیروهای امنیتی قرار گرفتند و در حمله نظامیان سعودی به شهادت

مسموم کردن آب شرب ارتش لبنان خنثی شد

مسموم کردن جمعی مردم در یکی از کشورهای خارجی از طریق ریختن مواد سمی در غذاهای خالای یکی از مراسم ما بوده است. دستگاه امنیتی لبنان همچنین خبر داد که تحقیقات و عملیات برای به دام انداختن دیگر اشخاص مرتبط

مسموم کردن جمعی مردم در یکی از کشورهای خارجی از طریق ریختن مواد سمی در غذاهای خالای یکی از مراسم ما بوده است. دستگاه امنیتی لبنان همچنین خبر داد که تحقیقات و عملیات برای به دام انداختن دیگر اشخاص مرتبط با اهدافای عون درباره چارچوب تشکیل دولتی است که تحریریه این داده است اما عون می‌خواسته این بررسی به دور از هرگونه نتایج رسانه‌ای باشد.سوزی وزارت خارجه لبنان اظهارات نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی را که گفته بود «اسرائیل با ایران با لبنان مبارزه خواهد کرد"، محکوم کرد. جیران باسیل، گفت: اسرائیل مجددا به دنبال بهانه‌تراشی است تا تعادلی و تـجـاـزـوا را توجیه کند و این بار از تریبون سازمان ملل به دادگی پرداخت.

وی افزود: اسرائیل فراموش کرده که لبنان آن را بیرون کرد و تجاوزش را به شکست کشاند و از این امر غافل است که قلندری‌ها و دینی‌های جدیدش مجددا برایش کار ساز نخواهد بود.

گفتنی است بنیامین نتانیاو، نخست‌وزیر رژیم صهیونیستی در سخنرانی خود در هفته و سومین اجلاس مجمع عمومی سازمان ملل در نیویورک گفته بود که اسرائیل با ایران در لبنان و عراق مبارزه خواهد کرد و با انگیزه که با ایران و سوریه برای دفاع از مردم خود مبارزه کرد!

«شی» دیگر دوست من نیست

پکن بوده و این روش به طور گسترده از سوی جامعه جهانی تحسین شده است. «گنگ شوانگ» سخنگوی وزارت خارجه چین نیز ضمن هشدار به آمریکا برای پایان دادن به اتهامات علیه پکن اظهارداشت:به آمریکا توصیه می‌کنیم تا به اتهامات غیرمتصفانه علیه کشور ما پایان دهد و سخنان و رفتار نادرست که سبب تضعیف روابط میان دو کشور و منافع اساسی دو ملت می‌شود را متوقف کند.

از سوی «شی جین پینگ» رئیس جمهوری چین در واکنش به اعمال تعرفه واشنگتن بر روی ۲۰۰ میلیارد دلار از کالاهای این کشورواعلام کرد:پکن در برابر آمریکا راهی به جز اتکای بیشتر به خود ندارد.

نخستین عملیات جنگنده «اف-۳۵» آمریکا علیه مواضع طالبان افغانستان

سرویس خارجی: جنگنده اف-۳۵ آمریکا برای نخستین بار با انجام عملیاتی در افغانستان مواضع طالبان در این کشور را هدف قرار داد. درهمین رابطه شبکه خبری «اسی‌ان‌ان» که گزارشش به نقل از سه مقام پنتاگون اعلام کرد: جنگنده بمب‌افکن اف-۳۵ آمریکا اولین حمله هوایی خود را علیه مواضع طالبان در افغانستان انجام داده است. شی س آن، جنگنده اف-۳۵ مورد استفاده در این حمله که

اطلاعات

سال نود وسوم

تقویم اطلاعات
شنبه ۷ مهر ۱۳۹۷
۱۹ محرم ۱۴۴۰-۲۹ سپتامبر ۲۰۱۸
ظهر شرعی
غروب آفتاب
اذان مغرب
نیمه شب شرعی (پایان وقت ادای نماز عشا)
۱۳ و ۲۳ دقیقه
اذان صبح (فراد)
طلوع آفتاب (فراد)
۳۵ و ۴ دقیقه
۵۵ و ۵ دقیقه

سوریه ایرانی‌ها را برای حضور در این کشور دعوت کرده، ادعا کرد خروج نیروهای ایران از سوریه باید با فشار سیاسی انجام شود.

سوریه ایرانی‌ها را برای حضور در این کشور دعوت کرده، ادعا کرد خروج نیروهای ایران از سوریه باید با فشار سیاسی انجام شود. جفری در ادامه گفت: انتظار ما این است که دولت سوریه در پایان روند سیاسی یا در یکی از مراحل فرایند سیاسی، دیگر نیازی برای حضور نیروهای ایرانی احساس نکند. از سوی وزيران امور خارجه آمریکا،انگلیس،مصر،فرانسه،آلمان و اردن با صدور بیانیه‌ای خواستار تشکیل فوری کمیته قانون اساسی سوریه برای پیشبرد تلاش‌های سازمان ملل به منظور دستیابی راهکار سیاسی در این کشور شدند. در این بیانیه آمده است: درگیری‌ها در سوریه بیش از هفت سال است که به قیمت جان صدها هزار نفر ادامه پیدا کرده و میلیون‌ها تن دیگر بجز در این کشور و خارج از مرزهای آن آواره شده‌اند. بیانیه یادشده لازم‌ه خاتمه درگیری‌ها در سوریه را از طریق دیپلماسی هماهنگ و اراده سیاسی بین‌المللی توصیف کرده و تاکید می‌کند که جنگ در سوریه راه‌حل نظامی ندارد و جایگزینی برای راهکار سیاسی نیز وجود ندارد. این بیانیه با اشاره به اینکه دخالت نظامی در سوریه منجر به شعله‌ور شدن بحران در این کشور و منطقه می‌شود، می‌افزاید: مهم است که برای دستیابی به راهکار سیاسی منطبق با قطعنامه ۲۲۵۴ شورای امنیت حرکت کنیم.

را با زور از سوریه خارج کند.جیمز جفری، نماینده ویژه وزارت امور خارجه آمریکا در امور سوریه گفت: قصد داریم ایرانی‌ها را به زور از سوریه بیرون برانیم و حتی فکر نمی‌کنیم روس‌ها هم بتوانند به زور ایرانی‌ها را از سوریه بیرون کنند، چون توسل به زور، باعث توسل به زور می‌شود و اقدام نظامی [از طرف مقابل] ضرور. مقام آمریکایی در ادامه با اذعان به اینکه از لحاظ فنی، دولت

حمله موشکی به کنسولگری آمریکا در «بصره» عراق

مقامات آمریکا در امور داخلی عراق، واشنگتن الجعفری، وزیر خارجه این کشور در کنفرانس خبری در نیویورک و در پاسخ به دخالت های عراقی دولت آمریکا و رژیم سعودی و در راستای حمایت از الزان ایرانی اربعین حسینیی، در اقدامی قابل توجه، کمپین احب‌الحسین یحیی‌معمان، (عشق به امام حسین (ع) ما را به هم می‌رساند، ایران و عراق از جدای تفاهد کرد.

این کمپین که گفته می‌شود از یک هفته پیش و به ابتکار جنبش «نجبا» آغاز شده است، قصد دارد با سوءاوردی همکشی مردمی و با هدف کاهش هزینه‌ها بـسـرای زوار ایرانی، حمل و نقل رایگان را برای زائران کشورمان فراهم کند. به منابع خبری، تاکنون ۱۰۰ میلیون دینار عراقی(هر دینار عراقی ۱۲۴ تومان) در این کمپین جمع اوری شده است.

درخبر دیگری،نخست‌وزیر عراق و رئیس‌اتلاف ملی شیعیهاییان این کشور در دیدار، بر ضرورت تکمیل روند سیاسی بر مبنای قانون اساسی تاکید کردند. به گفته منابع خبری، «حیدر العبادی» و سید «عمار حکیم» رئیس‌جمهور درباره مسائل کلی و مذاکرات تشکیل دولت بحث و تبادل نظر کردند. العبادی در این دیدار تاکید کرد: حفظ دستاوردهایی که در گذشته محقق شده است، اهمیت زیادی دارد و دولت آینده باید سازندگی، بازسازی، فراهم کردن فرصت‌های شغلی و حفظ ثبات امنیتی را اولویت خود قرار دهد.

وزیر خارجه عراق همچنین پس از نشست عمومی سازمان ملل در نیویورک، درباره مذاکره با تهران اعلام کرد : این کشورها باید با ایران وارد مذاکره شوند.وی گفت: هیچ گزینه‌ای جز گفتگو با ایران وجود ندارد و این مذاکرات، ضامن حفظ صلح و ثبات در منطقه است.

در چنین شرایطی و علیرغم سخنان و هشدارهای وزیر خارجه عراق، یک مسئول بلندپایه دولت آمریکا بار دیگر تهدید کرد که در صورت تشکیل دولت جدید عراق با نخست

سئول: کره شمالی از انزوای بین المللی خارج شده است

سرویس خارجی: رئیس جمهوری کره جنوبی در هفته‌او سومین مجمع عمومی سازمان ملل خواستار حمایت جامعه جهانی برای پیشبرد خلع سلاح اتمی در شبه جزیره کره شد واعلام کرد: کره شمالی از انزوای بین المللی خارج شده است. «جون هوانه این» گفت: کره شمالی از انزوای طولانی مدت به خواست خود خارج شده تا باز هم در کنار تمامی دنیا باشد و حالا توجیه جامعه جهانی است که به انتخاب و تلاش‌های جدید پیونگ یانگ پاسخ دهد. وی گفت: «کیم جونگ اون» رهبر کره شمالی به دستیابی به خلع سلاح و برچیدن سایت آزمایش هسته‌ای خود در حضور ناظران بین المللی متعهد شده است.

مون جائه این افزود: در رهبر کره شمالی، سلبه جنگ را از شبه جزیره کره دور کردیم و پیام‌آور دورهای جدید از ثبات و رونق شدیم.

از طرفی،وزارت خارجه کره جنوبی، وزیر خارجه روسیه در تخریم هر یک از طرح‌های توسعه اتمی کره جنوبی، وزیر خارجه روسیه در دیدار با رهبر کره شمالی خود بر آمادگی مسکو برای ایجاد اتحاد میان دو کره تاکید کرد.

سرویس خارجی: جنبش جهاد اسلامی فلسطین اعلام کرد که «زیاد النخالة» رهبر این گروه جدید

خود انتخاب کرده است. این جنبش، از «مضاد النخالة» به انتخاب کرده است-برای اولین بار جنبش جهاد اسلامی فلسطین را در جریان انحصار، رئیس دفتر سیاسی خود را از طریق رای گیری انتخاب کرد.النخاله ۶۵ ساله سومین دبیرکل جهاد اسلامی فلسطین بعد از رمضانشلح است که از سال ۱۹۹۵ و به دنبال عملیات ترور نافرجام از سوی رژیم صهیونیستی در مالت، از بی‌رحمی رنج می‌برد.رژیم صهیونیستی دبیرکل جدید جهاد اسلامی فلسطین را در لیست ترورهای خود قرار داده و آمریکا نیز نام او را در لیست سیاه تروریسم جای داده است.

زیاد النخاله در بیروت، پایتخت لبنان و دمشق، پایتخت سوریه اقامت دارد. النخاله متولد ۱۹۵۱ میلادی در نوار غزه است که از سال ۱۹۸۲ فعالیت‌های سیاسی خود در جنبش جهاددکنار تنش‌های تقابلی بینگارتا

این جنبش آغاز کرد و نقش مهمی در تشکیل گروه‌های القدس شاخه نظامی جهاد ایفا کرد. گفتنی

است رمضان شلح از بعد از ترور و شهادت فتحي شبکلی در سال ۱۹۹۵ میلادی و به سمت برتری در این منصب شده بود.

شخصیت تندرو صهیونیستی شناخته می‌شود.افزود: اسرائیل باید بر منافع خود پافشاری کند و تشکیل یک کمیته فلسطینی به ره صورتی که باشد، قابل قبول نیست. وی در پاسخ به این سوال که آیا تل آویو، وجود یک کشور فلسطینی خلع سلاح شده را می‌پذیرد، تاکید کرد: این کار پذیرفتنی نیست، چرا که کشور،

کتابخانه از سراسر جهان

ترامپ: در مجمع عمومی با رهبران جهان خندیدیم و به ما خوش گذشت !

ابتا: دونالد ترامپ رئیس جمهوری آمریکا به لحظه‌ای که حضار در مجمع عمومی سازمان ملل متحد به سخنان وی خندیدند واکنش نشان داد و اعلام کرد نگاه نقش در مجمع عمومی سازمان ملل، رهبران جهان به او خندیدند بلکه در واقع او با خندیدن، این نخستین واکنش ترامپ به لحظه‌ای بود که حضار در مجمع عمومی سازمان ملل متحد به سخنان وی خندیدند.وی گفت: آنها به من خندیدند، به ما هم خندیدیم و به حاضران خوش گذشت و به ما خوش گذشت و آنها به کاری که مردم احترام می‌گذارند، گفتنی است ترامپ در سخنرانی خود در مجمع عمومی گفته بود: «دولت من بیش از هر دولت دیگری در تاریخ کشور ما نتیجه کسب کرده است، این اظهارات با خنده حضاران روبرو شد و ترامپ پس از مکنی کوتاه گفت: انتظار این واکنش را نداشتم.

خنثی شدن حمله تروریستی بزرگ در هلند
تسنیم: دادستان هلند اعلام کرد که پلیس این کشور یک حمله تروریستی بزرگ را خنثی کرده است-سوزی اعلام کرد که هفت نفر در ارتباط با این حمله تروریستی بازداشت شده‌اند. به گفته وی این افراد قرار بود در یکی مره‌اسپاه بزرگ هلند با استفاده از کمربندهای انفجاری و سلاح لاشینگف به عملیات بپردازند.

کانادا شهروندی افتخاری «آنگ سان سوچی» را پس گرفت

ایسنا: نمایندگان پارلمان کانادا متفق‌القول به پس گرفتن شهروندی افتخاری رهبر مینمار در واکنش به جنایات ارتش این کشور علیه مسلمانان روهینگایی در این کشور رای دادند. آنگ سان سوچی، رهبر دوافتوکی مینمار در سال ۲۰۰۷ شهروند افتخاری کانادا شده بود. جاستین ترودو، نخست وزیر کانادا اخیرا به خبرنگاران گفته بود که آماده سیدگی به سه ساله پس گرفتن شهروندی افتخاری رهبر مینامار است اگر چه چنین مساله‌ای به بحران در مینمار پایان نمی‌دهد.

۱۹۰ هزار کشته در جنگ داخلی سودان جنوبی

ایرنا: پایگاه خبری «سودان ترپریو» نوشت، از سال ۲۰۱۳ تا ۲۰۱۸ ، بیش از ۱۹۰ هزار نفر در جنگ های داخلی سودان جنوبی کشته شدند. این تعداد بطور مستقیم بر اثر جنگ که در دسامبر ۲۰۱۳ میلادی در پی اختلافات میان «سالوا کر» رئیس جمهوری کنونی و «ریک ماجارا» معاون وی جنگ داخلی آغاز شد، کشته شدند. بر اساس این گزارش این رقم فقط مربوط به کشته شده‌گان در جنگ است اما شمار کسانی که طی این مدت بر اثر حوادث ناشی از جنگ متلاطم، خطفی، گرسنگی، کمبود خدمات و تجهیزات بهداشتی و پزشکی جان باخته اند، بسیار بیشتر از این رقم است.

کناره‌گیری «آسانژ» از سردبیری ویکی لیکس

ایرنا: جولیان اسنایژ بینگادگن سایت افشاگر ویکی لیکس که طی شش سال گذشته در سفارت اکوادور در لندن به سر می‌برد، به دلیل عدم دسترسی به اینترنت از سردبیری این سایت کناره‌گیری کرد-تیم ویکی لیکس می‌گوید که نبود تماس با آسانژ کار با او را دشوار کرده بود؛ بااین‌حال او همچنان سخنران سخنان اصلی این سایت باقی می‌ماند. سفارت اکوادور فروردين گذشته پس از انتشار توییت آسانژ درباره آنچه وی گفت تبلیغاتی دولت انگلیس علیه روسیه در حادنه افشایی خوانده بود، این تیرت را متوقف کرد.

احزاب مخالف در مازنی کابینه سایه تشکیل دادند

ایرنا: چهارحزب سیاسی مخالف دولت ماهاتیر محمد که چهار ماه پیش قدرت را در مازنی به دست گرفت، اعلام کردند برای اولین بار در این کشور کابینه در سایه تشکیل شده است-این گروه ها اعلام کردند کابینه در سایه را به منظور نظارت و ایجاد توازن در سیاست های دولت اتلافی با کاتکان هارایان به رهبری ماهاتیر محمد تشکیل داده اند. اعضای کابینه سایه که به موازات دولت قانونی مازنی شکل گرفته شامل سه نفر از ائتلاف مخالفان دولت باریسان نشنال (جبهه ملی) و یک نفر از گروه های پیشین جبهه ملی تحت عنوان حزب رایت برساتو ایالت صباح هستند.

لاوروف: رفتار انگلیسی ها مانند مربی کودک است

ایرنا: وزیر امور خارجه روسیه در واکنش به اظهارات نخست وزیر انگلیس در جلسه شورای امنیت گفت: رفتار انگلیسی‌ها با ما مانند رفتاری است که مربیان در مهدکودک ها انجام می دهند. سرگئی لاوروف در پاسخ به پرسشی در مورد اظهارات «ترزا می» نخست وزیر انگلیس در نشست شورای امنیت گفت: روسیه و اینکه این کشور را بار دیگر به استفاده از مواد شیمیایی در سالزیری متهم کرده بود، این مطلب را بیان کرد.

بازگاری بزرگترین زرمایش ناتو از زمان جنگ سرد

مهر: کشورهای غربی ناتو (پیمان آتلانتیک شمالی) درصدد برگزاری بزرگترین زرمایش خود از زمان جنگ سرد هستند. «زرمایش بزرگ ناتو قرار است» تا ۲۵اکتبر تا ۲۰زبان در نروژ برگزار شود- در این زرمایش ۴۴هزار سرباز حضور خواهند داشت که ۱۰هزار نفر آنها به ارتش آلمان تعلق دارند. این بزرگ‌ترین زرمایش پس از پایان جنگ سرد به حساب می‌آید. یک سخنگوی ناتو گفت: تمرین‌هایی که در زرمایش انجام می‌شوند برای مقابله با هیچ کشور مشخصی نیستند.

رئیس جمهوری کویت: راه برداران کاسترو را ادامه می‌دهم

ایسنا: رئیس‌جمهوری کویت اعلام کرد، کاری را که برادران کاسترو در این کشور آغاز کردند، ادامه خواهد داد. میکوئل دینا کاتل، در سخنرانی خود در مجمع عمومی سازمان ملل متحد تصریح کرد: تغییر نسل در دولت ما نباید دشمنان انقلاب کویت را بافریبد، ما در مسیر تداوم هستیم. وی اظهار داشت: به رغم محاصره و اذله‌های انجام شده توسط آمریکا در راستای تغییر حکومت در کویت، انقلاب ما زنده است و به اصول خود اعتقاد راسخ دارد-رئیس‌جمهور کویت همچنین از رویکرد یکجانبه‌گرانه دونالد ترامپ، انتقاد کرد.

«زیاد النخالة» دبیر کل جدید جنبش جهاد اسلامی فلسطین و جانشین رمضان عبدالله شد

کشور است. این اظهارات پس از آن مطرح می‌شود که «بنیامین نتانیاو» در حاشیه مجامع عمومی سازمان ملل متحد در نیویورک در جریان دیدار با «دونالد ترامپ» رئیس جمهوری آمریکا گفت وی کشور فلسطین فاقد شرایط لازم برای عضویت در سازمان ملل به فلسطین مسلح بدون آذیبخش فلسطین را غیرقانونی

کشور است. این اظهارات پس از آن مطرح می‌شود که «بنیامین نتانیاو» در حاشیه مجامع عمومی سازمان ملل متحد در نیویورک در جریان دیدار با «دونالد ترامپ» رئیس جمهوری آمریکا گفت وی کشور فلسطین فاقد شرایط لازم برای عضویت در سازمان ملل به فلسطین مسلح بدون آذیبخش فلسطین را غیرقانونی

کشور است. این اظهارات پس از آن مطرح می‌شود که «بنیامین نتانیاو» در حاشیه مجامع عمومی سازمان ملل در نیویورک دیدار فلسطین و نوار غزه خبر داد.

کشور ترجیح می‌دهد. در این رئیس تشکیلاتی خودگردان فلسطین طی سخنانی در سازمان ملل از رئیس‌جمهور آمریکا خواست که تصمیمات خود درباره قدس را لغو کند.محمود عباس رئیس تشکیلات خودگردان فلسطین طی سخنانی در سازمان ملل گفت: دولت فلسطین در حال پذیرفتی نیست، چرا که کشور،

کشور ترجیح می‌دهد.

رسول اکرم (ص):

خداوند عز و جل، دروغی را که باعث
صلح و آشتی شود دوست دارد و از
راستی که باعث فساد (و فتنه) شود
بیزار است.

نهج الفصاحه

خانواده

۳۷۶

شنبه ۷ مهر ۱۳۹۷
سال نود و سوم - شماره ۲۷۱۰۹
ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات

چرا گاهی احساس بدبختی می کنیم؟



دنیا روی مدار سینوسی قرار دارد. همین است که گاهی احساس سرخوشی می کنیم و گاهی فکر می کنیم بدبخت ترین آدم روی زمین هستیم. یک روز با تمام وجود زندگی را دوست داریم و یک روز دل مان می خواهد جلوی زندگی مان یک نقطه بگذاریم. روزهایی را در زندگی تجربه کرده ایم که حس زیستن داشته ایم و خودمان را خوشبخت ترین آدم دنیا می دانستیم و روزهایی را داشته ایم که دائم ورد زبان مان این بوده که چقدر ما بدبختیم و این زندگی چرا سر نمی آید. این یک واقعیت طبیعی است که غم و شادی در کنار هم باشند. شادی ها می آیند تا غم ها ما را از پا در نیاورند و غم ها می آیند تا شادی ها برای مان یکنواخت نشوند. تنها با دانستن گذرا بودن این حالات اندوه و شادی می توانیم خودمان را تسلی بدهیم و به قول شاعر: «و به کوتاهی آن لحظه شادی که گذشت، غصه هم می گذرد».

در صفحه ۶ بخوانید

پیک تنگه آسمان



خدایا

ما را به هر باطل که در نظرمان بیاراید آگاه کن، و چون آگاهمان کردی ما را از آن حفظ کن و به راه و روش جنگ با او بینایی ده. و به ما الهام کن که برای نبرد با او چه باید آماده کرد و از خواب غفلتی که سبب گرایش به اوست بیدار کن و به توفیق خود ما را در مسیر مبارزه با او یاری ده.

خدایا قلوبمان را از انکار کارهای شیطان سرشار ساز و برای درهم شکستن حيله هایش ما را چاره بیاموز.

خدایا بر محمد و آتش درود فرست، و سلطه شیطان را از ما بگردان و امیدش را از ما قطع کن و وی را از حرص ورزیدن به گمراهی ما دفع فرما.

دعای هفدهم صحیفه سجاده

خاطرات، پیشنهادها و نظرات خود را برای ما ارسال کنید
روی پاکت نامه بنویسید: مربوط به ضمیمه خانواده
ایمیل ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات (ویژه خوانندگان)
khanevadeh@ettelaat.com
شماره تماس: ۲۹۹۹۴۵۸۱

قالب دهگانه



صفحه ۷ / عکس: محمد نجفی

تربیت فرزند درسی خوان

البته ناگفته نماند که او اصلاً اجازه نمی دهد کسی کارهای شخصی اش را انجام دهد و تمام کارهایش را از شستن لباس گرفته تا تمیز کردن اتاق و موارد دیگر را خودش با حوصله و ظرافت انجام می دهد.

اما همانطوری که گفتیم او در درس یک فرد خیلی معمولی است و گمان نکنم در دستگاه امپراتور به عنوان یک فرد تحصیل کرده بتواند برای خودش شغلی دست و پا کند!

مرد دانا لبخندی زد و گفت: «برعکس تو به نظر من پسر دوم ات موفق تر است! البته شاید درس خواندن باعث شود پسر اول تو شغلی آبرومند برای خود در دستگاه امپراتور پیدا کند اما در نهایت همه آینده او همین شغل است که اگر روزی به دلیلی از او گرفته شود به روز سیاه می نشیند.

اما پسر دوم تو خودش تضمین موفقیت خودش است و به هنگام سختی می تواند راهی برای ترمیم اوضاع خودش و رفع مشکلش پیدا کند. من جای تو بودم بیشتر نگران اولی بودم!»

مردی دو پسر داشت. یکی درس خوان اما تنبل و تن پرور و دیگری اهل فن و مهارت که همه کارهای شخصی خودش و تعمیرات منزل را خودش انجام می داد و دائم به شکلی خودش را سرگرم می کرد.

روزی آن مرد پیر دانا را دید و راجع به پسرانش سر صحبت را باز کرد و گفت: «من به آینده پسر اولم که درس می خواند و یک لحظه از مطالعه دست بر نمی دارد بسیار امیدوارم.

هر چند او به بهانه درس خواندن و وقت کم داشتن تنبل است و بیشتر کارهایش را من و مادر و خواهرانش انجام می دهیم اما چون می دانم که این زحمات با بالآخره روزی جواب می دهد لذا به دیده منت همه تنبلی هایش را قبول می کنیم. اما از آینده پسر کوچکم خیلی می ترسم.

او در درس هایش فردی است معمولی و بیشتر در پی کسب مهارت و کارهای عملی است و عاشق تعمیر وسایل منزل و رفع خرابی هایی است که در اطراف خود می بیند.

پنج چرخه

موفقیت واقعی

زبانی برای دلخور نشدن

صفحه ۶

نشانه های کمبود ویتامین ها روی صورت

صفحه ۵

۱۲+۱ توصیه برای ایجاد تنوع غذایی

صفحه ۴

از مشکلات روانی دانش آموزان با خبریم؟

صفحه ۲



قلعه «چالشر» در استان چهارمحال و بختیاری / عکس ها: ایرنا

آن را مساله‌ای عادی و متناسب با سن در نظر گرفت. پرخاشگری و خشونت یکی از مشکلات روانی شایع دانش آموزان است و به رفتاری گفته می‌شود که سبب آسیب رساندن به شخص، حیوان، یا اشیایی شود. سیلی زدن، قاپیدن، لگد زدن، دشنام دادن، تهدید کردن، تحقیر کردن و یا به هم زدن بازی یا کار دیگران، از انواع پرخاشگری است.

خشونت کودکان تا قبل از وارد شدن به مهد کودک و مدرسه خیلی قابل محسوس نیست چون معمولاً پدر و مادرها برای جلوگیری از ایجاد تنش در فرزندان‌شان که روحیه خشونت دارند، سعی می‌کنند خواسته‌های آنها را برآورده کنند اما در مهد کودک و مدرسه که با حضور در آنها «انسان اجتماعی شدن» را یاد می‌گیریم این مساله ممکن است بروز کند.

البته از نقش والدین نباید گذشت چون والدین پرخاشگرمدل‌والگویی برای یادگیری رفتار خشونت‌بار کودکان هستند و در خانواده‌هایی که اعضای آن در کودکی شاهد پرخاشگری والدین بوده‌اند، احتمال بروز پرخاشگری و یا تن دادن به آن به مراتب بیشتر از خانواده‌های دیگر است. بازی‌های رایانه‌ای هم سهم زیادی در این قضیه دارند. کودک در هر سطح و مرحله از بازی بنا به خشونت‌هایی که انجام می‌دهد امتیازهایی دریافت می‌کند که همان تقویت‌کننده‌های رفتارهای خشونت بار او هستند و او از کسب این امتیازها که هر لحظه دریافت می‌کند، لذت می‌برد و یاد می‌گیرد در مدرسه برای دست یافتن به خواسته‌ها و یا کنترل دیگران دست به رفتارهای خشونت‌بار بزند.

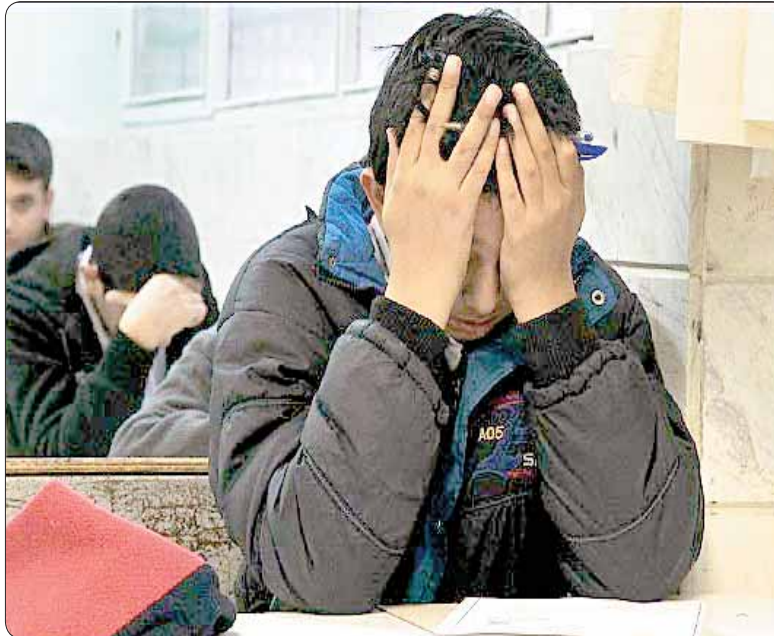
مشاور مدرسه را نادیده نگیریم

دقت در رفتار با دانش آموزان و اصلاح رفتارهای اشتباه بهترین روش درمان اختلالات روانی دانش آموزان است. پدر و مادرها در هر دوره از مدرسه باید از شرایط جسمی و روحی که ممکن است برای بچه‌ها پیش بیاید باخبر باشند. این آگاهی باعث می‌شود هیچ رفتاری از نگاه شان دور نماند و با بروز اولین علائم برای حل این مشکلات اقدام کنند. مثلاً باید بدانید دانش آموزانی که در دوره اول متوسطه تحصیل می‌کنند دچار تغییرات هورمونی زیادی در بدن شان هستند که همین باعث تغییر اخلاق و بروز مشکلاتی در آنها می‌شود. پرخاشگری و افسردگی را در این دوران بیشتر می‌بینیم و باید بدانیم این حالت‌ها تا چه حدی طبیعی است و از چه زمانی وارد مرحله خطرناک می‌شود و باید برای درمان آنها مداخله کنیم.

بهترین راه پیدا کردن این آگاهی و روش‌های درمان و رفتار مناسب با بچه‌ها هم گفتگو با مشاور و استفاده از نظرات آنهاست. اگر مدارس مشاور دارند حتماً با آنها در تماس و گفتگو باشید و اگر جای چنین کسی در مدرسه فرزندتان خالی است حتماً از مسئولان مدرسه بخواهید مشاوره در نظر بگیرند و به مدرسه بیاورند که حضوری مستمر داشته باشد و رفتار همه بچه‌ها را ببیند و بتواند هم به شما کمک کند و هم به بچه‌ها.

۱۰ درصد دانش آموزان نیاز به خدمات روانشناختی دارند

از مشکلات روانی دانش آموزان با خبریم؟



کم‌رویی، گوش به زنگی و افکار تکرار شونده. علایم روان‌شناختی: عصبی بودن، بی‌طاقتی، نگرانی، هشیاری افراطی، وحشت‌زدگی، دلواپسی، افسردگی، تنیدگی، ترس یا هیجان‌زدگی. مشکل دیگری که بچه‌ها ممکن است دچارش شوند افسردگی است. البته خیلی‌ها فکر می‌کنند افسردگی گریبان بچه‌ها را نمی‌گیرد اما این تصور درست نیست. مشکلات عاطفی به خصوص در خانواده مانند اختلاف پدر و مادر یا تنبیه بدنی و بدرفتاری والدین با دانش آموز یکی از مهمترین عوامل افسردگی دانش آموزان است.

اگر می‌خواهید بدانید دانش آموزی که در خانه دارید افسرده است یا نه به این علایم باید توجه کنید: از دست دادن اشتها، یا کاهش وزن، از دست دادن میل به بازی کردن، از دست دادن اعتماد به نفس یا عزت نفس، بی‌علاقگی کلی به خود، اعضای خانواده یا فعالیت‌هایی که زمانی مورد علاقه او بودند، عدم تمایل رفتن به مدرسه، تغییرات قابل توجه در عادات خواب و خوراک، بروز مکرر یا طولانی مدت علائم جسمی مانند دل‌درد، سردرد و... و حملات مکرر خشم یا پرخاشگری

از پرخاشگری دانش آموزان هم نباید غافل شد و

مشکلات اضطرابی متداول‌ترین و شایع‌ترین مشکلات روانی هستند که از اوایل دوران کودکی و نوجوانی یعنی در همان دوران مدرسه ممکن است به شکل‌های مختلف خودش را نشان دهد و تا دوران بزرگسالی هم به صورت مزمن ادامه پیدا کند. اضطراب تأثیرات بسیار منفی هم بر عملکرد تحصیلی و کارکرد اجتماعی دانش آموزان دارد و افت تحصیلی، امتناع از رفتن به مدرسه و ترک تحصیل از بارزترین پیامدهای آن است.

این مشکل هنگام تغییرات رشدی یا دوره‌هایی که فشارهای روانی برای کودک و نوجوان زیاد می‌شود، عود می‌کند به همین دلیل اگر در اولین سال‌های ورود به مدرسه با دانش آموزان تشخیص داده نشده و درمان نشود با بزرگتر شدن بچه‌ها و در دوره‌های مختلف بیشتری عود می‌کند.

مهم‌ترین علایم مشکلات اضطرابی دانش آموزان اینها هستند:

علایم جسمی: تپش قلب، تنگی نفس، بی‌اشتهایی، تهوع، بی‌خوابی، تکرر ادرار، چهره برافروخته، تعریق، اختلال در گفتار و بیقراری.

علایم شناختی: سردرگمی، اختلال در حافظه و تمرکز، حواس پرتی، ترس از دست دادن کنترل،

• یگانه خدماتی

همه فکر می‌کنند دانش آموزان و بچه‌ها شادترین و بی‌خیال‌ترین روزهایشان را زندگی می‌کنند. بازی می‌کنند، شادند، غصه‌هایشان عمری ندارد و مسئولیت کمی دارند اما همیشه هم اینطور نیست. گاهی بچه‌ها به دلایل مختلفی از مشکلات خانوادگی تا مدرسه درگیر مشکلات روحی می‌شوند که نیاز به درمان و توجهی خاص دارند. مشکلاتی که اگر درمان نشوند می‌توانند زندگی بچه‌ها را برای همیشه تحت تأثیر قرار داده و تغییر دهد. همیشه کودکی شاد نیست!

رفتارهایی که ممکن است خطرناک باشد!

معاون سازمان نظام روان‌شناسی کشور خبر داده که ۱۰ درصد جمعیت دانش آموزان یعنی ۱/۵ میلیون نفر به خدمات روانشناختی نیاز دارند. به گفته محمد حاتمی علت این نیاز این است که کودکان و نوجوانان از نظر شناختی، رفتاری و هیجانی در سن تحول قرار دارند و در این دوران ممکن است با مسائلی مانند مشکلات خانوادگی، شرایط نامساعد تحصیلی و... روبه رو باشند و اگر به موقع این مشکلات ارزیابی و بررسی نشود می‌تواند تبدیل به بیماری روانی مزمن شود که فرد را در آینده برای درمان با مشکلات جدی روبه رو کند.

شایع‌ترین نوع اختلالات در دانش آموزان هم بیش فعالی، اضطراب، افسردگی، پرخاشگری و اختلال نافرمانی است که از سن ۱۸ سالگی به بعد می‌تواند باعث شود دانش آموز شخصیت ضد اجتماعی پیدا کند.

یکی از دلایل بیشتر شدن و حادث شدن این شرایط این است که در مدرسه حضور مشاور چندان جدی گرفته نمی‌شود و به نظر خیلی‌ها چندان به آنها نیازی نیست.

الان طرح «همیار مشاور» برای ارتقای سلامت روان، کنترل و پیشگیری از رفتارهای پر خطر دانش آموزان اجرا شده اما با وجود فعالیت ۱۲۴ هزار مدرسه در کشور فقط ۲۵ هزار نفر مشاور داریم. در حالی که مشاوران می‌توانند با کنترل استرس، اضطراب و دیگر مشکلات دانش آموزان به آن‌ها کمک کنند و رفتارهای پرخطر و بیش فعالی را از طریق این طرح تحت نظر بگیرند و برای پیشگیری و درمان آن‌ها اقدام کنند.

شایع‌ترین مشکلات روانی بچه‌ها

مطالعات نشان می‌دهد که تقریباً یک پنجم کودکان و نوجوانان بدون توجه به این که کجا و چگونه زندگی می‌کنند، در دوران کودکی و نوجوانی، دچار مشکلات روانی - اجتماعی می‌شوند. برخی از کودکان دچار افت تحصیلی می‌شوند، از نظر اجتماعی منزوی و گوشه گیر می‌شوند، اعتماد به نفس ضعیفی دارند، در برقراری ارتباط با همسالان و بزرگسالان مشکل دارند و به قوانین و مقررات جامعه پایبند نیستند و بخش عمده این کودکان و نوجوانان مشکل دار محسوب می‌شوند.

تئاتر

عند از مطالبه

تئاتر شهر تا ۱۳ مهرماه در سالن قشقایی میزبان نمایش «عند از مطالبه» است که هر شب ساعت ۱۹ روی صحنه می‌رود و اجرایی ۷۵ دقیقه‌ای دارد.

این نمایش به کارگردانی سامان خلیلیان و بر اساس نمایشنامه‌ای از مرتضی شاه کرم ساخته شده و تهیه کنندگی آن را نوید محمدزاده به عهده داشته است. نمایش داستان جماعتی را روایت می‌کند که به نحوی در صف و چشم انتظاری رسیدن خبری هستند. این خبر می‌تواند زندگی آنان را دستخوش تغییرات عمده‌ای کند.



دستیابی و چشم به راهی این اتفاق همگی را برای قرار گرفتن سریع‌تر به مقصودشان در یک رقابت محرمانه و سبقت از یکدیگر قرار داده است. در «عند از مطالبه» بازیگرانی مثل پروا آقاجانی، ابتهام بغلانی، جواد پولادی، آتیه جاوید، حسام خلیل نژاد، محمد زوار بیریا، مرتضی شاه کرم، الهه شه پرست، احمد صمیمی، سلمان فرخنده، سید علی موسویان نقش آفرینی می‌کنند.

سینما

یک کیلو و بیست

و یک گرم

اگر اهل تماشای فیلم‌های اجتماعی هستید، پیشنهاد می‌کنیم همین روزها سری به سینماهای کشور بزنید و پای تماشای فیلم «یک کیلو و بیست و یک گرم» بنشینید.



این فیلم به کارگردانی رحیم طوفان ساخته شده و اولین اثر بلند این کارگردان جوان به شمار می‌آید که با تحسین منتقدان هم روبه رو شده است.

فیلم، روایتی است از زندگی سه قشر از طبقات فرهنگی مختلف. سه خانواده‌ای که هر کدام درگیر مسائل درونی خود هستند، ولی در نقطه‌ای این سه خانواده و معضلاتشان به هم می‌رسند.

در این فیلم بازیگرانی مثل لیلا زارع، سعید آقاخانی، فرشته صدر عرفایی، آناهیتا افشار، بابک انصاری، روشنگر گرامی، مریم کاویانی، رهام مخدومی و سمیرا ذکایی نقش آفرینی می‌کنند.

روزها می‌گذرند و برای خاطره ساختن در دوره‌های خانوادگی فرصتی بهتر از همین امروز نیست. اگر هنوز برای بعد از ظهرهای پاییزی هفته‌ای که آغاز کرده‌اید برنامه‌ای نریخته‌اید ما برای شما و عزیزانتان پیشنهادهایی داریم که می‌توانند دوره‌های شما را گرم‌تر کنند.

گوشت‌ها و لپه‌ها در آب بی‌رنگ
و پیازهای خام شناورند. بلند داد
می‌زند: «ای خدا ببین همه‌شان
رفته‌اند این یکی که مانده، شده بلای
جان من.» بعد انگار بترسد که مسعود
هم برود و دیگر نیاید می‌گوید:
«قربونش بروم پیش پیش حرف
گوش می‌کند».

کمی زیر و بالایش کرد. طرح جدیدی انداخته
بود که برایش سخت بود. آرام با خودش گفت:
«اول چهار تا زیر، دو تا رو، چهار تا زیر، دو تا را
بگیر. چهار تا زیر، نه! بعد از هر زیر دو تا رو بعد
دو تا را بگیر»؟ نه ردیف بعد، اصلا چرا دو تا را
بگیرم؟ این طوری که تنگ می‌شود. آهان یقه است
باید تنگ شود.

این نقش گوجه فرنگی بود، برای دختر
سوری می‌انداختم. پس چرا با آبی بافتم؟ بگذار
بشکافم کلاه شال‌گردن سر بیندازم برای سیسمونی
بچه سارا».

همان‌طور میل و کاموا به دست خوابش
می‌برد. یکی می‌آید. آرام می‌زند روی شانه‌اش. فکر
می‌کند سارا است.

«شیرین مامان پاشو گردن درد می‌گیری. پاشو
روی تخت بخواب». یواش دستش را می‌گیرد.

«آمدی جان مامان. قربونت برم، خودم
می‌روم، وزم را روی تو نمی‌اندازم». دختر لاغر و
ترک‌های آرام سرش را تکان می‌دهد. شیرین مامان
به شکم صاف دختر نگاه می‌کند و خطوط مبهمی
روی صورتش نقش می‌بندد.

«نه شیرین مامان اشکال نداره به من تکیه
بده پاشو». بلندش می‌کند و بسا هم توی اتاق
می‌روند. دختر برمی‌گردد و تلفن را برمی‌دارد و به
شماره‌هایی که افتاده یکی یکی زنگ می‌زند.

«سلام دایی امیر؛ مریمم. قربون شما. نه دایی
دیگه مامانم هر شب پیش شیرین مامان می‌مونه.
صبح رفت دندانپزشکی. منم دانشگاه بودم، الان
آمدم».

گوشی را دست می‌گیرد و توی اتاق
می‌چرخد. نخ‌های شکافته شده را روی گوله جمع
می‌کند. «دایی مامانم می‌گه دیگه شیرین مامان نباید
آشپزی کنه».

عکس مسعود را از روی زمین برمی‌دارد
و می‌گذارد روی طاقچه کنار دوربین و عکس
آقا جان و می‌گوید: «دایی ما همه منتظریم عید
بشه شما بیایید ایران. سووغاتی من یادتون نره.
خداحافظ».

کار می‌کنند. همه شان دغدغه نوشتن دارند و همین کافیسست برای
این که نام کارگاهشان را عوض کنند و بگذارند: داستان‌های از شنبه
تا چهارشنبه.

رودابه کمالی



می‌گوید: «قربونش بروم پیش پیش حرف گوش
می‌کند. گفتم برای خودت جای بریز، کتری را
خاموش کن. نه قابلمه را».

دلش می‌خواهد باز هم غر بزند. به اخم کردن
کفایت می‌کند. احساس کرد سر دلش ترش شده
و هی دارد می‌آید بالا. در یخچال را باز کرد. چند
ظرف میوه تازه شسته شده بود و چند تا ظرف
شیشه‌ای و پلاستیکی دردار. یکی را باز کرد؛ الویه
بود. به نظر تازه می‌آمد.

به مسعود گفت: «کی این‌ها رو گذاشته
این‌جا؟ تو آوردی؟ این‌ها ظرف‌های کیه؟» مسعود
سر بلند نکرد. فقط زانوی چپش را خاراند و تکیه
را انداخت روی پای راستش. نان و غسل را از
توی یخچال برداشت. فکر کرد استانبولی درست
می‌کرده و سیب‌زمینی‌های خاللی را ریخت توی
برنج‌ها و هم زد. شاید زیر کتری را هم روشن
کرد.

رفت توی گودی میل نشست. دستی به سر
مسعود کشید که سر بلند کرد و لبخند زد و دوباره
مشغول شد. تلویزیون را روشن کرد و از روی میز
عسلی بافتنی‌اش را برداشت.

«مسعود جان مادر پاشو گاز را خاموش کن. الانه
که ته بگیره».

«نه جانم گوشم با توست. شما کی میاین
این‌جا؟ باشه مادر با این قلب مریضم منتظرم.
قربونت برم. خدا نگهدارت».

برمی‌گردد طرف میل. مسعود کنار دسته‌های
صندلی دوربین قدیمی آقا جان را روی روزنامه
ولو کرده است. همه دل و روده‌اش را در آورده
و ریزریز ریخته گوشه و کنار بعد هم لابد خیال
دارد جمعش کند و با آن عکس بیندازد و یا به قول
شیرین مامان؛ فوتو.

شیرین مامان می‌رود توی آشپزخانه. زیر
قابلمه برنج خاموش است. برمی‌گردد و مسعود
را نگاه می‌کند که از کنار مبل تکان نخورده
است. در قابلمه را باز می‌کند؛ یک نفر توی
برنج رُب ریخته است. در قابلمه قیমে را باز
می‌کند.

گوشت‌ها و لپه‌ها در آب بی‌رنگ و پیازهای
خام شناورند. بلند داد می‌زند: «ای خدا ببین همه‌شان
رفته‌اند این یکی که مانده، شده بلای جان من».
بعد انگار بترسد که مسعود هم برود و دیگر نیاید

شیرین مامان

• نویسنده: زهرا حنیفه

تلفن زنگ می‌زند. سریع به جست‌زدنی از
روی میلی که توی آن فرو رفته بود بلند می‌شود و
گوشی را بر می‌دارد.

«الو امیر جان سلام. کجایی مادر؟ نه
چه خوبی جانم؟ من را انداختند این‌جا رفتند.
دیشب امید آمد بهم سر زد و رفت. روزها
همه‌اش تنها هستم. می‌ترسم حمله بهم دست
بده... چی کار کنم آخه؟ می‌گم من را بیاورند
تهران پیش شما، نمی‌آورند. همه‌اش تپش قلب
دارم. الانه که بهم حمله دست بده... نه هیچ‌کس
نیست».

کمی گوش می‌کند، چند نفس عمیق می‌کشد
و یک آه بلند. دماغش را تیز می‌کند و بو می‌کشد.
بعد دست می‌گذارد روی گوشی تلفن و می‌گوید:

کتاب

دختران بلیط فروش



انتشارات هنر پارینه
به تازگی کتاب «دختران
بلیط‌فروش» نوشته‌مارگارت
دیکسنون را با ترجمه
سالومه خدابخشی منتشر و
راهی بازار نشر کرده است.

داستان این رمان درباره خانواده‌ای است که از جنگ عبور کرده و
همه مردانش کشته شده‌اند. به عبارت دیگر مردی در این خانواده
باقی نمانده است.
بنابراین اعضای باقی‌مانده باید دوباره و این بار با شرایط
بجنگند. این رمان ۵ شخصیت زن دارد و هر کدام به فراخور حال
و روزشان باید بجنگند. این شخصیت‌ها ویژگی‌های مشترک و
متفاوتی با هم دارند؛ یکی در تب و تاب است که مبادا از اعتقادات
و باورهای خود پا فراتر بگذارد و دیگری از خط قرمزها عبور
می‌کند. این کتاب با ۴۴۸ صفحه و قیمت ۴۴ هزار و ۵۰۰ تومان منتشر
شده است.

موزه

موزه ماشین‌های اداری



اگر می‌خواهید یک موزه
عجیب و متفاوت را ببینید
یا عاشق تجهیزات اداری و
ماشین‌های تایپ و قلم‌دان‌های
تاریخی و... هستید پیشنهاد
می‌کنیم سری به موزه ماشین‌های اداری بزنید. این مجموعه،
یکی از معدود موزه‌های خصوصی شهر تهران است که در سال
۱۳۸۷ به کوشش و ابتکار صاحب مجموعه فرشاد کمال خانی
افتتاح شد. در گنجینه دائمی موزه بیش از ۸۰ اثر ارزشمند و یگانه
از ماشین‌های اولیه دنیا مانند ماشین تحریرهای ابتدایی، پرفراژ چک،
ماشین حساب، مدادتراش، دستگاه‌های پلی کپی، چرتکه، دستگاه
تلگراف و تلفن‌های قدیمی نگهداری می‌شود. میانگین سن این اشیاء
۱۵۰ سال است. این موزه در تهران، خیابان کریم خان زند، ایرانشهر
شمالی، نبش کلاتری، پلاک ۲۳۲ واقع شده و بازدید از آن برای
عموم مردم آزاد است.

گشت و گذار

پارسیان



اگر عازم جنوب
کشور و استان هرمزگان
و بندرلنگه هستید، یکی از
شهرهای زیبا برای دیدن و
لذت بردن از مناظرش شهر
پارسیان است که نام قدیمی
آن گاوبندی بوده. در این
شهر سواحل مختلفی قرار دارد که زیبایی آن‌ها دیدنی و مثال زدنی
است. کوه‌ها و تخته سنگ‌های خاص به زیبایی سواحل افزوده است.
در سفر به پارسیان می‌توانید از کلات سرخ، مقبره پرگوده، پیر زیارت
و مناظر طبیعی زیبایی دیدن کنید.
فاصله پارسیان تا بندر لنگه ۲۲۰ کیلومتر است و با وجودی که
این ناحیه گرم و مرطوب است، پارسیان آب و هوای معتدل‌تری دارد.
شهرستان پارسیان از سمت شمال به لامرد فارس، از سمت جنوب به
خلیج فارس، از مغرب به عسلویه بوشهر و از سمت مشرق به بخش
شیبکوه از توابع شهرستان بندر لنگه می‌رسد.

پودینگ شکلاتی

مواد لازم:

پودر کاکائو	۲ قاشق غذاخوری
نشاسته ذرت	۳ قاشق غذاخوری
شیر	۲ و یک چهارم پیمانه
شکر	یک سوم پیمانه
وانیل	یک چهارم قاشق چایخوری



طرز تهیه:

ابتدا ۲ قاشق کاکائو و ۳ قاشق نشاسته ذرت را در کاسه‌ای بریزید و با هم مخلوط کنید. یک چهارم پیمانه شیر اضافه کنید. هم بزنید تا زمانی که مایه یکدست شود. ۲ پیمانه شیر را در شیرجوش بریزید و روی شعله بگذارید تا گرم شود. وقتی شیر گرم یا کمی داغ شد شکر را به آن اضافه کنید و هم بزنید تا در شیر حل شود. شعله را کم کنید و سپس خمیر کاکائو و نشاسته ذرت را اضافه کنید. بلافاصله شروع به هم زدن با همزن دستی کنید. وقتی به مرحله‌ای رسید که پودینگ یک لایه پشت قاشق را پوشاند و به آهستگی از قاشق چکه کرد شعله را خاموش کنید و وانیل را اضافه کنید. مخلوط را در ظرف‌های مورد نظر بریزید و روی آنها را با ورق آلومینیومی بپوشانید. دو تا چهار ساعت پودینگ را در یخچال قرار دهید تا غلیظ شود. سپس سرو کنید.

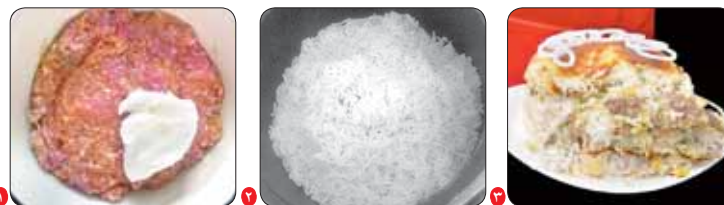
پودر مرغ و سیب زمینی

مواد لازم:

سینه مرغ	۴۵۰ گرم
سیب زمینی متوسط	۶ عدد
پیازچه حلقه شده	نصف پیمانه
قارچ خرد شده	نصف پیمانه
روغن زیتون	سه چهارم پیمانه
نمک و فلفل	به میزان لازم
سس تند	به دلخواه
پودر سیر	۲ قاشق غذاخوری
پنیر رنده شده	یک و نیم پیمانه

طرز تهیه:

فر را با دمای ۲۰۰ درجه سانتیگراد روشن کنید. دیس گوشت بزرگی را با مقداری روغن چرب کنید. سینه مرغ خام را به صورت مربع‌های کوچک برش بزنید. سبب زمینی را بشوید و پوست بگیرید و به صورت تکه‌های کوچک خرد کنید. روغن زیتون، نمک، فلفل، پودر سیر و سس تند (یا هر سسی که دوست دارید) را در کاسه‌ای بریزید و با هم مخلوط کنید. سبب زمینی و مرغ خرد شده را به همراه پیازچه و قارچ داخل این چاشنی بریزید و زیر و رو کنید تا از چاشنی پوشانده شوند. سپس آن را در دیس چرب شده بریزید و به مدت ۴۰ تا ۵۰ دقیقه حرارت دهید تا سبب زمینی‌ها برشته شوند. سپس پنیر رنده شده را به آن اضافه کرده و به مدت ۵ دقیقه در فر قرار دهید تا پنیر ذوب شود و بعد سرو کنید.



ته دیگ دلخواهتان را بچینید. سپس یک لایه برنج روی آن ریخته و از گوشتی که در یخچال گذاشته بودید به اندازه یک نارنگی بردارید، در دستتان شکل دهید و روی برنج بگذارید. سپس کمی سماق روی آن بپاشید و لایه بعدی را برنج بریزید. همین طور ادامه دهید

۱۲+۱ توصیه برای ایجاد تنوع غذایی

۶. روی کره، شکر و دارچین بریزید و با یک صبحانه عالی از خانواده خود پذیرایی کنید. اگر برای پخت غذاهای خود نیز از کره استفاده می‌کنید می‌توانید آن را با سبزی‌ها و ادویه‌های مناسب طعم دار کنید. ۷. سبزیجات تازه بخارپز؛ هیچ ایرادی ندارد اگر در سبزی خوردن شما چند برگ



اسفناج باشد. یا به جای پختن سبزی پلو برای ماهی، آن را با گشنیز پلو جایگزین کنید و یا به جای آن تره پلو بپزید. عطر و طعم‌های جدید را با همین سبزیجات تازه و متفاوت به برنامه غذایی تان بیاورید. ۸. وقت بگذارید و غذاهای خود را قبل از سرو کردن تزئین کنید. لازم نیست برای این کار مواد اولیه متنوع و گران قیمتی تهیه کنید فقط کافی است ابزارهای خوبی در اختیار داشته باشید. یک هویج یا خیار که به زیبایی برش خورده باشد هم می‌تواند اشتیاق میهمانان شما را تحریک کند. ۹. دسر را فراموش نکنید. در برنامه غذایی ما ایرانی‌ها دسر جای چندانی ندارد اما پیشنهاد

پیشنهاد سرآشپز

کباب لاپلو

کباب لاپلو که بعضی‌ها به آن سماق پلو هم می‌گویند یک روش ساده برای پخت پلوکباب است که اگر وقت کافی نداشته باشید می‌توانید آن را جایگزین کباب تابه‌ای با برنج کنید.

مواد لازم:

گوشت چرخ کرده	۲۰۰ گرم
برنج	۲ پیمانه
پیاز	۱ عدد
نمک، فلفل، زردچوبه	به مقدار کافی
ماست چکیده	۱ قاشق غذاخوری
زعفران دم کرده	۲ قاشق غذاخوری
روغن	به میزان لازم
سماق	به میزان دلخواه

طرز تهیه:

پیاز را رنده کرده و گوشت چرخ کرده را همراه با نمک و فلفل و زردچوبه به آن اضافه کنید و خوب ورز دهید. کمی سماق در مایه گوشت بزنید و سپس یک قاشق ماست چکیده به آن اضافه کنید و خوب ورز دهید. سپس به مدت نیم ساعت در یخچال بگذارید تا گوشت خودش را بگیرد. در یک قابلمه، آب جوش بیاورید، سپس به آن نمک اضافه کرده و برنج را در آب جوش بریزید. بعد از ۸-۱۰ دقیقه که برنج نیم پز شد آن را آبکش کنید. کف قابلمه روغن ریخته و

خانه داری

۱. گاهی به جای آب، غذاهای خود را با آبمیوه بپزید؛ مثلاً می‌توانید مرغ را با آب پرتغال آبیز کنید یا در خورش‌تان به جای آب، آب انار یا کیوی بریزید. ۲. گوشت تازه‌ای امتحان کنید. اگر عادت کرده‌اید همیشه با گوشت گوسفند پخت و پز کنید، این بار گوشت بوقلمون را امتحان کنید. کمی جسارت به خرج دهید و مزه‌های تازه خلق کنید. گوشت گاو، شتر مرغ، شتر، بلدرچین، کبک یا ماهی را امتحان کنید. ۳. نان تازه تهیه کنید. در زندگی امروز شاید وقت کافی برای نانوبی رفتن و در صف ایستادن وجود نداشته باشد اما باور کنید که عطر گندم داغ و نان تازه می‌تواند حسایی حال و هوای خانه تان را عوض کند. می‌توانید برای وعده‌های مختلف روزانه از نان‌های متفاوتی استفاده کنید. نان بربری، لواش و یا نان‌های فانتزی تازه پخت، هر کدام با توجه به نوع غذایی که دارید انتخاب می‌شوند.

۴. ریسک کنید و سراغ غذاهای دریایی جدید بروید. برای خیلی از ما ایرانی‌ها غذای دریایی در ماهی قزل آلا، سفید یا شیر و شوریده خلاصه شده است، بهتر است کمی جسورتر شوید و چیزهای جدیدتری امتحان کنید. از میگو و انواع ماهی‌های مختلف موجود در بازار شروع کنید. اگر شمالی هستید ماهی‌های جنوب را امتحان کنید و اگر جنوبی هستید، جایی برای ماهی‌های ترد و لذیذ شمال در برنامه غذایی تان باز کنید.

۵. ادویه‌های جدید به سالادتان اضافه کنید. شاید ساده به نظر برسد اما حتی اضافه کردن کمی نمک می‌تواند طعم سالاد شما را بسیار دلپذیرتر کند. چاشنی‌ها و ادویه‌ها باعث می‌شوند اجزای سالاد به خوبی با هم ترکیب شوند. بنابراین برای کمی تغییر، به فروشگاه بروید و انواع سس‌های جدید را بخرید و تجربه کنید.

نشانه‌های کمبود ویتامین‌ها روی صورت



اگر کمبود مواد معدنی و ویتامین داشته باشید نشانه‌های آن در بدن و روی صورت ظاهر می‌شود. این نشانه‌ها عبارتند از:

رنگ پریدگی: اگر روز به روز رنگ پریده‌تر می‌شوید، یعنی کمبود ویتامین B۱۲ دارید و همچنین اگر مشکلاتی در حافظه و خستگی دارید، بیشتر از ماهی و گوشت ارگانیک استفاده کنید.

موهای ضعیف: اگر موهای خشک و شکننده و پر از شوره دارید، ممکن است کمبود ویتامین B۷ (بیوتین) داشته باشید. معمولاً این اتفاق وقتی می‌افتد که آنتی بیوتیک زیادی مصرف کرده باشید که باکتری‌های روده‌ای را از بین می‌برد.

چشم‌های پف کرده: چشم‌های پف کرده و پاهای باد کرده نشانه‌ی کمبود ید است و نشانه‌های دیگری مثل ناخن‌های شکننده، پوست خشک و افزایش وزن هم دارد. سبزی‌ها و ماهی حاوی ید هستند.

لب‌های رنگ پریده: رنگ پریدگی لب و آلبیموی طبیعی بهترین درمان برای پوست‌هایی است که بسیار خشک و شکننده شده و پوسته می‌شوند. شما همچنین می‌توانید با مواد موجود در آشپزخانه تان یک نرم کننده طبیعی بسازید.

برای این کار نصف فنجان گلاب را با نصف فنجان گلیسرین مخلوط کنید. سپس آن را در بطری ریخته و هر شب به پوست تان بمالید و ۵ تا ۱۰ دقیقه آن را روی دست تان ماساژ دهید. سپس دستتان را با آب ولرم بشوید و خشک کنید و بخوابید. صبح پوست دستتان طراوت بی نظیری پیدا خواهد کرد!

و لثه کمبود آهن را نشان می‌دهد که در خانم‌ها بیشتر از آقایان است. اسفناج حاوی آهن فراوانی است.

صافی و شلی بیش از حد زبان: یکی از نشانه‌های کمبود ویتامین B۱۲ است که با خوردن گوشت بدون چربی درست می‌شود.

حساسیت یا خونریزی لثه: خونریزی و حساسیت لثه، کمبود ویتامین C را نشان می‌دهد و باعث مشکلات سلامتی و درد ماهیچه‌ای می‌شود. خوردن ویتامین C، مرکبات و توت به سلامتی لثه کمک می‌کند.

دوبار در روز ورزش کنید

شاید فکر کنید دو بار در روز ورزش کردن کمی زیاده‌روی است اما این بهترین روش برای حفظ تناسب اندام و رسیدن به نتیجه مطلوب است. دو بار ورزش کردن در روز به شما اجازه می‌دهد ظرفیت سوخت و ساز خود را بالا ببرید، سنتز پروتئین را افزایش دهید و خروجی آنابولیک بهتری بگیرید.

همه این‌ها سلامت و عملکرد کلی ورزشی‌تان را بهبود خواهند داد. بهتر است صبح‌ها روی عضلات بزرگ‌تر متمرکز شوید و در ابتدای عصر بیشتر تمرینات مجزا را برای عضلات کوچک‌تر چون ساق پا، بازو و گردن انجام دهید. البته بین دو جلسه تمرین در روز باید دست کم شش ساعت فاصله بگذارید و هر دو وعده باید شامل تمرینات با شدت متوسط باشند. اگر می‌خواهید با شدت بیشتری تمرینات را انجام دهید پس فاصله دو وعده تمرین را بیشتر کنید. تمرینات قدرتی را اول صبح و تمرینات کوتاه مدت‌تر را در ساعات بعدی روز انجام دهید. تمرین خود را به آرامی شروع کنید و تدریجاً شدت را افزایش دهید. برای ریکاوری بهتر عضلات بین دو وعده تمرین یک چرت کوتاه بزنید و حتماً در این فاصله، تغذیه مناسب و آب رسانی به بدن داشته باشید.

تنوع در تمرینات روزانه را فراموش نکنید و طوری تمرین کنید که دچار ورزش زدگی نشوید و استرس و فشار بیش از حد به بدنتان وارد نشود.



راز داشتن دست‌های زیبا

اگر دلتان می‌خواهد دستانی زیبا، مرتب و همیشه جوان داشته باشید سعی کنید همیشه آنها را چرب و مرطوب نگه دارید. پوست دست اغلب تمایل به خشک شدن دارد. بخصوص در پاییز و زمستان که هوا رطوبت کافی ندارد.

بنابراین باید دست‌ها را حداقل دو بار در روز با کرم چرب کننده یا مرطوب کننده مناسب بپوشانید. این کار را بعد از شستشوی دست با شوینده‌ها فراموش نکنید. اگر استفاده از کرم را دوست ندارید، از روغن‌های طبیعی مثل روغن بادام، زیتون، گلیسرین و... استفاده کنید.

ترکیب جادویی و سنتی گلیسرین

می‌گویند سن واقعی آدم‌ها را از دست‌هایشان باید فهمید. دست‌ها شاید فعال‌ترین بخش‌های بدن ما باشند که مدام در معرض آسیب قرار دارند و متأسفانه باید بگوئیم مراقبت نکردن از آنها باعث شده خیلی از خانم‌ها در سنین جوانی دست‌هایی شبیه دست‌های میانسال‌ها داشته باشند.

کار کردن پی در پی با مواد شوینده شیمیایی و حتی خیس شدن زیاد دست‌ها باعث می‌شود پوست شما حساس و آسیب‌پذیر شود. به خصوص اگر اعتقادی به دستکش آشپزخانه و کرم نرم کننده نداشته باشید.

با جوانه پوستتان را جوان کنید



برای آنکه پوستی سالم‌تر و درخشان‌تر داشته باشید نیازی نیست به کرم‌های درمانی و آرایشی روی بیاورید. پوست شما برای سلامتی بیشتر نیاز به مدتی استراحت و تقویت شدن با مواد طبیعی دارد؛ موادی که یا از طریق خوردن یا استفاده موضعی پوست شما را تغذیه کنند.

جوانه گندم یکی از همین مواد است که هم با خوردن آن و هم استفاده از آن به عنوان ماسک می‌توانید پوستتان را از نوبسازید. جوانه گندم سرشار از ویتامین C و E است و خاصیت نرم و مرطوب کنندگی پوست، از بین بردن لک و جلوگیری از چروک شدن پوست را دارد.

ماسک جوانه گندم پوست شما را لایه برداری می‌کند و بعد از چندبار استفاده از این ماسک، پوستی شفاف‌تر و شاداب‌تر خواهید داشت.

طرز تهیه دودل ماسک با جوانه گندم:

۵۰ گرم پودر جوانه گندم را در ظرفی ریخته و آرام آرام به آن شیر یا ماست اضافه کنید. تا جایی که خمیری غلیظ حاصل شود. با آب گرم یا ترکیب آب گرم و بابونه بخور دهید تا روزه‌های پوستتان باز شود. سپس ماسک جوانه گندم را روی پوست بمالید و به آرامی با حرکات چرخشی پوست گونه‌ها و پیشانی تان را ماساژ دهید. ۱۰ دقیقه بعد ماسک خشک شده را از پوستان جدا کنید و صورتتان را با آب ولرم و سپس با آب سرد بشوید.

عسل را در فضایی نیمه گرم قرار دهید تا قدری روان شود. سپس نصف لیوان شیر و نصف لیوان پودر جوانه گندم به آن اضافه کنید. مایه حاصل شده باید به سفتی ماست چکیده باشد. حالا این مایه را روی پوست تان بمالید و بعد از ۲۰ دقیقه با پنبه آغشته به شیر خیلی آرام و ملایم آن را از صورتتان پاک کنید. سپس صورتتان را با آب ولرم بشوید.

با این خوراکی‌ها به جنگ کم خونی بروید

معدنی متعددی از جمله فولات است. همچنین سرشار از آنتی اکسیدان‌ها بوده و دارای خواص ضدالتهابی و ضدباکتریایی هم است. مارچوبه منبع عالی فیبر سالم برای قلب است.

حبوبات: حبوبات شامل لوبیا، عدس و نخود منبع عالی فولات یا اسید فولیک هستند. حبوبات منبع غنی فیبر، پروتئین و آنتی اکسیدان‌ها و همچنین ریزمغذی‌های مهمی نظیر منیزیم، پتاسیم و آهن است.

تخم مرغ: به منظور افزایش میزان مصرف برخی مواد مغذی ضروری، اسید فولیک را در رژیم غذایی تان بگنجانید. تخم مرغ سرشار از سلنیوم، پروتئین، ریبوفلاوین و ویتامین B۱۲ است. مصرف چند وعده تخم مرغ در هفته، راه ساده‌ای برای افزایش مصرف اسید فولیک است. همچنین تخم مرغ حاوی دو آنتی اکسیدان موسوم به لوتئین و زاکسانتین است که به کاهش ریسک اختلالات چشمی کمک می‌کند.

سبزیجات پر برگ سبز تیره: سبزیجاتی نظیر اسفناج و کلم کم کالری و سرشار از بسیاری از ویتامین‌ها و مواد معدنی اساسی نظیر اسید فولیک هستند. سبزیجات برگ‌دار همچنین مملو از فیبر و ویتامین‌های K و A هستند. آنها به کاهش التهاب، کاهش ریسک سرطان و همچنین تقویت فرایند کاهش وزن کمک می‌کنند.

برای پیشگیری از کمبود اسید فولیک هر فرد بالغ باید روزانه حداقل ۴۰۰ mcg از این ویتامین استفاده کند. فولات یک ویتامین محلول در آب است که عملکردهای بسیار مهمی در بدن به عهده دارد. فولات با نام‌های ویتامین B۹ یا اسید فولیک هم شناخته می‌شود. موجب رشد مناسب جنین و کاهش ریسک نقایص هنگام تولد می‌شود و همچنین از تقسیم سلولی سالم در بدن حفاظت می‌کند. فولات یا اسید فولیک به طور طبیعی در بسیاری از مواد خوراکی غنی شده یافت می‌شوند. در ادامه به برخی مواد خوراکی حاوی مقادیر بالا اسید فولیک اشاره شده است:

مارچوبه: مارچوبه حاوی ویتامین‌ها و مواد



چرا گاهی احساس بدبختی می‌کنیم؟



کنیم و از خودمان بپرسیم که واقعا تعریف ما از خوشبختی چیست؟ چه ملاک‌هایی از خوشبختی را امروز در زندگی خود به دست آورده‌ایم؟ به چه کسی بدبخت می‌گوییم؟ جنبه‌های مثبت و منفی زندگی ما چیست؟ ملاک خوشبختی را ثروت و مدرک دانشگاهی می‌دانیم یا حس ارزشمندی؟ چقدر برای خوشبختی خود تلاش کرده‌ایم؟

به چند نفر حس خوشبختی و خوشحالی داده‌ایم؟ بدبختی به معنای جیب خالی ست یا مغز خالی؟ خودمان را با یک چالش روبرو کنیم و از خودمان بخواهیم همه چیز را ایده‌آل گرا یا زیاد از حد تلخ و تاریک نبینیم. شاید واقعا ملاک و تعریف ما از خوشبختی غلط باشد و یک عمر اشتباهی خودمان را عذاب داده‌ایم.

۴- آرزوهای قابل دسترس و غیر فانتزی داشته باشید:

دوستی دارم که از بچگی آرزو دارد که فضانورد شود. همیشه خودش را در فضا و فلان سیاره تصور می‌کند.

تا الان که بیست و چند سال سن دارد، نهایت رسیدن به آرزویش این بوده که کلاس‌های نجوم رفته و چندبار آسمان شب را رصد کرده‌است. همیشه هم از اینکه مثل انوشه انصاری نشده است می‌نالند و می‌گویند: «چقدر من بدبختم که یکبار به فضا نرفتم!». آرزو داشتن خوب است.

اما اگر سمت آرزوهایی برویم که برآورده شدنشان تنها در خواب و رویا محقق می‌شود، باعث می‌شود دائم حس بدبختی و ناکامی کنیم که به آن‌ها نمی‌رسیم. اگر هم آرزوهای این چنینی دارید، آن را مبداء و مقصد زندگی تان ندانید که اگر رسیدن به آن را دور از ذهن و امکانات تان دیدید، افسرده و غمگین شوید.

۵- بستن چشم‌مان بر روی حقایق:

یک طنز تلخی بود که می‌گفت ما جماعت ایرانی زمانی که در مطب دکتری منتظر می‌مانیم، تا آن وقتی که از مطب بیرون می‌زنیم در حال حساب کتاب این هستیم که ببینیم این دکتر روزی چقدر درآمد دارد! این مثال را به دیگر وجوه زندگی تعمیم دهیم.

همیشه وقتی موفقیت یک نفر را در زمینه‌ای می‌بینیم، هیچ‌گاه به این فکر نمی‌کنیم که آن فرد چقدر برای رسیدن به این موقعیت تلاش کرده‌است. همیشه به جای دیدن مسیر موفقیت، فقط نتیجه‌های می‌بینیم.

همین باعث می‌شود خیال کنیم خوشبختی و موفقیت از آسمان در دامن یک فرد افتاده و هیچ تلاشی در این زمینه رخ نداده. بنابراین خودمان هم همیشه دنبال معجزه و معجون موفقیت می‌گردیم و اگر آن را پیدا نکردیم دائم دم از بدبختی و بدشانسی مان می‌زنیم.

زندگی خودمان مقایسه نکنیم.
۲- ترس از شکست خوردن:

اکثر مواقع ترسی که درونمان نفوذ کرده را تکریم می‌کنیم. به این معنی که هیچ‌وقت اجازه نمی‌دهیم که با آن ترس روبرو شویم.

اگر با ترسی که داریم روبرو شویم، متوجه می‌شویم که ترسش از مواجهه و انجام آن عمل بیشتر بوده است. اگر قدرت ریسک پذیری را در خود پرورش دهیم و به صورت عاقلانه با ترس‌های خود روبرو شویم از شکست نمی‌هراسیم.

چون برای رسیدن به موفقیت از راه‌های میان‌بر زیادی استفاده می‌کنیم.

اگر برای رسیدن به یک هدف با شکست و بن بست روبرو شویم، خود را نمی‌بازیم و بار دیگر از راهی دیگر به آن هدف نزدیک می‌شویم. افرادی را به خاطر بیاورید که سال‌هاست پشت کنکور هستند و درس می‌خوانند تا به هدف دلخواه خود برسند.

اگر یک سال در کنکور شکست خوردند عزمشان را جزم می‌کنند تا باز هم تلاش کنند. اکثر ناکامی‌ها و فرسودگی‌های ما از این جهت است که از شکست خوردن و بازنده شدن واهمه داریم. وقتی با آن مواجه می‌شویم تمام درهای دیگر را هم بسته می‌بینیم و برای رسیدن به پیشرفتی دیگر مسیر دیگری را انتخاب نمی‌کنیم.

۳- شفاف‌سازی معیارهای خود:

یک روزی هم برویم با خودمان خلوت

تا به حال به این فکر کرده‌اید که چرا امروزه بیشتر قشر جوان، برخلاف شور و نشاطی که باید داشته باشند، دائم افسرده، گوشه‌گیر و نالان هستند؟ مسائل اقتصادی کشور مهم است اما گاهی خودمان هم به برخی شرایط افسرده و خموده بودن، دامن می‌زنیم. آیا تا به حال به دلایلی که منجر می‌شود دائم احساس بدبختی کنیم، فکر کرده‌اید؟

۱- مقایسه‌های افراطی در فضای مجازی:

امروزه همه افراد، بزرگ و کوچک، پیر و جوان، زن و مرد یک گوشی هوشمند در دست دارند و اکثر وقت خود را در شبکه‌های مجازی متنوع می‌گذرانند.

روزی چندبار عکس‌های کاربران اینستاگرام را رصد می‌کنیم و به حال خوشی که دارند غبطه می‌خوریم. عکس‌هایی که افراد در سفرهایشان گرفته‌اند.

عکس از مهمانی‌های. عکس با لیخندهای پررنگ و عمیق. عکس‌هایی با لباس‌های گران قیمت در مکان‌های لوکس و... اگر کمی با خودمان منطقی باشیم به این نتیجه می‌رسیم که حتی خود ما هم عکسی از درد و غصه و مریضی‌هایمان را به اشتراک نگذاشته‌ایم. هر عکسی از ماثبت شده است در حال خنده و خوشی بوده‌ایم.

حتی اگر آن شادی مصنوعی باشد. پس نباید گمان کنیم تمام روزها و ساعات این افراد در همین عکس‌ها خلاصه شده‌اند. ما هیچ خبری از پشت صحنه آن عکس‌ها نداریم پس بهتر است به خودمان بگوییم که ظاهر زندگی افراد را، با باطن

• عطیه میرزا امیری

دنیا روی مدار سینوسی قرار دارد. همین است که گاهی احساس سرخوشی می‌کنیم و گاهی فکر می‌کنیم بدبخت‌ترین آدم روی زمین هستیم.

یک روز با تمام وجود زندگی را دوست داریم و یک روز دل‌مان می‌خواهد جلوی زندگی‌مان یک نقطه بگذاریم. روزهایی را در زندگی تجربه کرده‌ایم که حس زیستن داشته‌ایم و خودمان را خوشبخت‌ترین آدم دنیا می‌دانستیم و روزهایی را داشته‌ایم که دائم ورد زبان‌مان این بوده که چقدر ما بدبختیم و این زندگی چرا سر نمی‌آید. این یک واقعیت طبیعی است که غم و شادی در کنار هم باشند.

شادی‌ها می‌آیند تا غم‌ها ما را از پا در نیاورند و غم‌ها می‌آیند تا شادی‌ها برای‌مان یک‌نواخت نشوند. تنها با دانستن گذرا بودن این حالات اندوه و شادی می‌توانیم خودمان را تسلی بدهیم و به قول شاعر: «و به کوتاهی آن لحظه شادی که گذشت، غصه هم می‌گذرد».

نکته غم‌انگیز ماجرا این است که گاهی ماندگاری این غم و اندوه در ما یا اطرافیان‌مان بیش از اندازه می‌شود و غم مهمان همیشگی و دائمی درونی می‌شود و کم‌کم به این روند عادت می‌کنیم و هیچ تلاشی برای راندن این اندوه نمی‌کنیم.

توصیه‌های عاشقانه

زبانی برای دلخور نشدن

برای مردها شنیدن جمله‌هایی مثل «تو مرا درک نمی‌کنی» یا «تو به من اهمیت نمی‌دهی» از زبان همسرشان، ویران‌کننده است. این دو جمله برای بیشتر مردها معنای قدرناشناسی و بهانه‌گیری دارد در حالی که زن‌ها وقتی این جملات را به کار می‌برند که می‌خواهند بگویند نیازمند همدلی بیشتری هستند و دلشان می‌خواهد مثل قبل مورد توجه باشند. اما این دو جمله



در ذهن مردها این طور تعبیر می‌شود: «او هیچ کدام از زحمات‌ها، ابراز علاقه‌ها، مهربانی‌های من را نمی‌بیند. انگار هیچ وقت برایش هیچ کاری انجام نداده‌ام». در نتیجه همین شروع یک جنگ و جدل یا دلخوری و سردی می‌شود.

بهتر است به جای استفاده از این دو جمله بگویید: «کاش مثل همیشه این بار هم درکم کنی» و بعد دقیقا مشخص کنید چه چیزی در ذهنتان می‌گذرد تا همسر تان بتواند شما را بفهمد. و یا بگویید: «دلم می‌خواهد بیشتر با هم وقت بگذرانیم و به خواسته‌های هم توجه کنیم». این خیلی بهتر منظور شما را به همسر تان می‌رساند.

پایانته‌های روانشناسی

ارتباط دیابت و زوال عقل

مطالعات گوناگون اثبات کرده‌اند که دیابت عارضه‌ای پرخطر است که به تدریج و پیوسته به اعضای بدن آسیب می‌رساند. مبتلایان به این بیماری در معرض ریسک بالای افسردگی و آلزایمر هم قرار دارند و مطالعات نشان داده‌اند که دیابت نوع ۲ می‌تواند فاکتور پرخطر ابتلا به بیماری آلزایمر و زوال عقل باشد. در بیماری آلزایمر، مغز در واکنش به گلوکز به شیوه مشابه همچون واکنش سلول‌های بدن در دیابت عمل می‌کند. سلول‌های مغز به دلیل کاهش انسولین یا عدم حساسیت قادر به استفاده از گلوکز نیستند.



مکانیسم مرتبط با ابتلا به دیابت می‌تواند به عروق کوچک خون صدمه زند که احتمالا در دمانس عروقی، که نوعی آلزایمر است، نقش دارد. همچنین محققان می‌گویند آسیب به عروق خونی ناشی از دیابت می‌تواند منجر به کاهش جریان خون به مغز شود که فاکتور ابتلا به آلزایمر است. محققان مشاهده کردند که شباهت‌های بسیاری در مغز افراد مبتلا به دیابت و مغز افراد مبتلا به آلزایمر وجود دارد؛ از این رو دیابت همچنان یک فاکتور پرخطر است.

چند واقعیت مهم درباره قول و قرار با کودک



• عطیه میرزا امیری

خیلی اوقات جلوی کودکمان زانو می‌زنیم و از او می‌خواهیم قول دهد فلان کار را دیگر انجام ندهد، قبل از انجام بهمان کار اجازه بگیرد، موقعی که در مهمانی هستید شیطنت نکند و غیره.

و پشت سرهم تکرار می‌کنیم: «به مامان قول بده. قول بده به بابا... اما از نکته‌ای که غافل هستیم این است که اگر کودک شما زیر عسل سن دارد، مفهوم قول دادن را متوجه نمی‌شود.

وقتی به او می‌گویید «قول بده این کارو نکنی» کودک دائم قول می‌دهد و مجدداً همان کارها را تکرار می‌کند، او معنی قول دادن را نمی‌فهمد ولی چون می‌بیند با گفتن این کلمه خنده بر لبان شما می‌آید و علامت رضایت را در چهره‌تان می‌بیند، به شما قول می‌دهد.

کودک زیر شش سال، حافظه کوتاه مدتی دارد و قول و قرارها و مفاهیم انتزاعی را فراموش می‌کند و موقع شکستن قولش هرگز نمی‌فهمد چرا از او عصبانی شده‌اید!

قول دادن به کودک:

والدین از وعده و وعید دادن به فرزندان خود به چند دلیل استفاده می‌کنند: برای رشوه دادن به کودک جهت کاری که می‌خواهند فرزندشان انجام دهد، اجتناب از خشم و عصبانیت احتمالی فرزندشان، ناامید نکردن و ایجاد امید در او. ولی

وقتی نوبت به انجام و عملی شدن قول‌ها می‌رسد، کودکان بسیار سمج می‌شوند و شکستن قول و عهدی که با آنها بسته‌اید منجر به از بین رفتن اعتماد او به شما می‌شود. کودکان برای کسب موفقیت در زندگی آینده خود و در بزرگسالی باید بتوانند به اطرافیان خود اعتماد کنند و عزت نفس لازم را داشته باشند.

بدقولی سبب احساس بی‌ارزشی، ناامنی، بدبینی و در نهایت اعتماد به نفس ضعیف در کودک می‌شود. از سوی دیگر والدین به عنوان الگو و قهرمانان اولیه فرزندان‌شان، با بدقولی کردن باعث می‌شوند که آنها نیز در آینده انسان‌های بدقولی شوند.

کودکان با مشاهده رفتار و اعمال والدین شیوه درست یا نادرست زندگی کردن را می‌آموزند و از آن الگو می‌گیرند. فراموش نکنید که هیچ چیز به اندازه وفا نکردن به وعده و وعیدی که داده‌اید، اعتبارتان را از بین نمی‌برد.

وعده یا قول شما هر چند کوچک باشد، فرزند شما آن را از یاد نخواهد برد. اگر قول داده‌اید حتماً باید به آن عمل کنید. اما بهتر است که همیشه جای قول دادن و به کار بردن این واژه، به کودک خود بگویید: «سعی خواهیم کرد» یا «اگر بتوانم». بدین صورت کودک متوجه می‌شود زمانی که شما از این واژه‌ها استفاده می‌کنید الزاماً به آن عمل نمی‌کنید.

اما زمانی از واژه «قول» استفاده کنید که اطمینان

صد در صدی دارید که آن کار را انجام خواهید داد. اما اگر در شرایط سختی قرار گرفتید که باعث شد زیر قول‌تان بزنید، حتماً از فرزند خود عذرخواهی کنید و دلیل قانع کننده‌ای برایش بیاورید.

در ادامه از چند قول مخرب و شکننده نام می‌بریم تا بدانید دادن این چنین قول‌هایی منجر به از بین رفتن اعتماد در رابطه والد و فرزند می‌شود.

قول‌هایی که دیر یا زود شکسته می‌شوند (قول‌های شکننده):

بدقولی سبب احساس بی‌ارزشی،

نامانی، بدبینی و در نهایت

اعتماد به نفس ضعیف

در کودک می‌شود.

از سوی دیگر والدین به عنوان الگو

و قهرمانان اولیه فرزندان‌شان، با

بدقولی کردن باعث

می‌شوند که آنها نیز در آینده

انسان‌های بدقولی شوند

۱- «قول می‌دم در دنداشته باشه»:

آنچه باید بدانید این است که درد یک حالت درونی است. مثلاً وقتی به شما آمپول می‌زنند زیاد

برای تان مهم نیست، اما مسلمانان فرزندان حس دیگری دارد و دردش می‌آید. می‌توانید از این به بعد به جای آنکه قول دهید که اصلاً درد ندارد، بگویید: «ممکن است کمی درد داشته باشد، ولی خیلی زود تمام می‌شود.»

۲- «قول می‌دم قبل از اینکه خوابت ببره بیام خونه»

قول دادن در مورد موقعیت‌ها و شرایطی که خارج از کنترل ما هستند، مثل ترافیک و جلسات دقیقه نودی احتیاط کردن می‌طلبد. به جای آن‌که بگویید: «قول میدم تا عصر یا فلان ساعت خانه باشم»، بگویید: «قول میدم تمام تلاشم رو بکنم و قبل از اینکه بخوابی خونه باشم.»

۳- «قول میدم اگه اتاقتو رو مرتب کنی، ببرم پارک!»

رشوه دادن به کودک، به او خودکفایی را یاد نمی‌دهد. قول دادن و رشوه دادن را فراموش کنید. در عوض به او کمک کنید عواقب موضوع را درک کند. مثلاً چنین چیزی بگویید: «اسباب بازی‌ها تو جمع کن تا کسی روشن نکرده خراب بشن.»

۴- قول میدم اگه مشقاتو انجام بدی و در سات رو بخونی، باهوش ترين بچه کلاس بشی!

به او کمک کنید تا ارزش مسائل را بفهمد، نه اینکه تمرکز او را به سمت بهترین بودن جلب کند که دائم استرس این را داشته باشد که نکند بهترین نشود.

بهتر است بگویید: «خوندن درس باعث می‌شه که رشد کنی و چیزی زیادی یاد بگیری.»

۵- قول میدم که فردا روز بهتری باشه!

والدین می‌خواهند همه چیز را برای فرزندانشان بهتر کنند و به آنها امیدواری بدهند. ولی آنچه بچه‌ها بیش از همه چیز به آن نیاز دارند، این است که احساسات‌شان پذیرفته شود.

بهتر است به جای اینکه به او دلداری الکی بدهید و برای از بین بردن غم امروزش وعده فردای بهتر را بدهید به او بگویید: «به نظر می‌رسه که امروز روز سختی برات بوده.»

۶- قول میدم که دفعه دیگه برای تولدت بریم مسافرت!

چیزهای بزرگ و گرانی مانند سفر نیاز به پول و برنامه‌ریزی دارد، پس تاریخ و زمان مشخصی را نمی‌توانید در دراز مدت برایشان تعیین کنید.

اگر فرزندان را در برنامه‌ریزی‌ها دخالت دهید، بهتر وسعت آن را درک کند. مثلاً بگویید: «منم فکر می‌کنم تو این مسافرت بهمون خیلی خوش بگذره. پس بذار بمراتش پول پس‌انداز کنیم.»

۰۰۰ اشتباهات رایج

تربیت فرزند درس خوان



برای خیلی از والدین درس خواندن بچه‌ها یک چالش بزرگ است. آنها شبانه‌روز و قششان را صرف سر و کله زدن با فرزندشان می‌کنند که به هر بهانه‌ای می‌خواهد از درس خواندن و مشق نوشتن فرار کند. اما نارضایتی و گله و از زیر کار در رفتن بچه‌ها در حین انجام تکالیف، نشان می‌دهد یک جای کار می‌لنگد. گاهی مشکل از آنجاست که محیط مناسب و آرام برای درس خواندن کودک فراهم نیست. هنگامی که کودک درس می‌خواند بهتر است شما هم دست از کار بکشید، تلویزیون را خاموش کنید و کتابی دست بگیرید و مطالعه کنید. در یک کلام، فضای خانه را آموزشی کنید.

شاید هم فرزندان روش درست درس خواندن و مدیریت زمان را بلد نیست. چیزی که شما باید به او بیاموزید و در ابتدای راه روش برنامه‌ریزی کردن را به او یاد بدهید. الگوی خوبی برای فرزندان باشید و اگر می‌خواهید نظم و تعهد به تکالیف را به او بیاموزید، خودتان در انجام کارهایتان منظم و مقرراتی باشید.

۰۰۰ بچه‌ها و یادگرفتارها

افزایش مهارت‌های زبانی کودک



نتایج بررسی‌ها نشان می‌دهد که گفتگو با کودکان از سنین پایین، به توسعه مهارت‌های زبانی آنها کمک می‌کند. محققان طی بررسی کودکانی که با بزرگسالان به طور منظم مکالمه داشتند دریافتند در مناطق مغزی که با زبان در ارتباط است، ارتباطات قوی‌تری شکل می‌گیرد و دو منطقه مغزی که برای درک زبان و تولید گفتار مهم است، ارتباط قوی‌تری پیدا می‌کنند. دانشمندان موسسه فناوری ماساچوست (MIT) می‌گویند که فیزیولوژی مغز و مهارت‌های زبانی در بین کودکان چهار تا شش ساله تحت تاثیر گفتگو با بزرگسالان است. برای این مطالعه، بر روی ساختار مغزی ۴۰ کودک چهار تا ۶ ساله که در وضعیت‌های مختلف اجتماعی و اقتصادی قرار داشتند، بررسی‌هایی انجام شد. نتایج این تحقیق نشان می‌دهد که صحبت کردن با کودکان از سنین پایین می‌تواند مهارت‌های زبانی را بدون در نظر گرفتن درآمد والدین یا آموزش عالی افزایش دهد. در سال ۱۹۹۵ هم مطالعه‌ای انجام شده بود که نشان داد کودکان در خانواده‌های مرفه، دایره لغات گسترده‌تری نسبت به کودکان خانواده‌های با درآمد پایین دارند.



چهل سال پیش...

پنجشنبه ۶ مهر ماه ۱۳۵۷ برابر با ۲۵ شوال ۱۳۹۸ سالروز شهادت حضرت امام جعفر صادق (ع) تعطیل بود و روزنامه اطلاعات منتشر نشد.

چرا این روزها

مردم بیش از حد نیاز خرید می کنند؟

بعد از آغاز نوسانات در بازارهای ارز و سکه، نگرانی‌ها در سطح جامعه روز به روز افزایش پیدا کرد و همین مسئله زمینه ساز بحران‌های دیگری شد. یکی از این بحران‌ها کمیاب شدن برخی کالاها بود که نگرانی‌های بسیاری را به همراه داشت و بعد از آن هجوم مردم به فروشگاه‌ها نیز آغاز شد، اما سوال مهم این است که چرا جامعه در این شرایط واکنش این چنینی از خود بروز داده است که برخی این روزها بیش از میزان نیاز خریداری می کنند و برخی دیگر ترجیح می دهند کالاها را در انبارها خود احتکار کنند؟

حسین باهر، رفتارشناس در گفتگو با فرارو گفت: «برای بررسی رویکردی که این روزها در جامعه وجود دارد باید به دو مقوله توجه کنیم. یکی اینکه وقتی مردم می بینند که روز به روز بر قیمت کالاها می افزاید و مورد نیازشان افزوده می شود، سعی می کنند با پیش دستی کردن خود را از این وضعیت نجات دهند و کمی از نگرانی‌های خود برای آینده بکاهند. این دسته متشکل از افرادی است که نگران هستند و چاره‌ای دیگر برای خود نمی بینند. اما در این میان دسته دوم هم حضور دارند که این‌ها افراد سواستفاده‌گر هستند و برای سود و منفعت بیشتر وارد این ماجرا می شوند و سعی دارند امکانات پولی خود را تبدیل به امکانات مالی کنند.»

وی ادامه داد: «در چنین شرایطی جو روانی کشور به دو قسمت تقسیم می شوند. یک دسته افرادی هستند که شرایط موجود موجب افزایش دارایی‌ها و سرمایه‌هایشان می شود و این‌ها راضی هستند و دسته دوم که دقیقاً برعکس گروه اول، متضرر می شوند و این موجب عصبانیت در میان آن‌ها می شود. حالا در این حالت چندین اتفاق ممکن است رخ دهد. مثلاً رشد میزان قاچاق، مفاسد اقتصادی، دزدی، افزایش ارتشاء و اختلاس و مفاسد اداری دیگر، به هم ریختگی نظام‌های اجتماعی از جمله ارکان خانواده و از همه شوربختانه‌تر رنگ پریدگی دینی و آیینی و از دست رفتن امنیت روانی جامعه که به بازتولید چرخه معیوب طمع یا نگرانی و احتکار منجر می شود.»

باهر گفت: «به طور کلی یکی از مسائلی که حاکمیت باید به شدت مورد توجه قرار دهد نقش امنیت روانی است که تأثیر مهمی در حوزه‌های مختلف اقتصادی از جمله سرمایه گذاری، تولید و توزیع سالم و حتی مصرف صحیح، دارد. زیرا اگر جامعه از نظر روانی در تشویش و اضطراب باشد، به خود اجازه نمی دهد ثروتش را در تولید سرمایه گذاری کند، بلکه آن را یا در گوشه‌ای به شکل سکه و طلا می اندوزد و از چرخه اقتصادی بیرون می برد، یا آن که در احتکار به کار می گیرد و با این رفتار نادرست، عرضه و تقاضا را از مسیر سالم خارج می سازد.» همچنین حسن حسینی جامعه شناس هم در پاسخ به این سوال که آیا این قبیل رفتارها مختص جامعه ایرانی است یا در نقاط دیگر جهان هم مردم نسبت به چنین شرایطی همین گونه واکنش نشان می دهند، گفت: «به عنوان نمونه شما یک کشوری را در نظر بگیرید که درگیر یک جنگ شده است، بدون شک در این کشور طی روزها و هفته‌های اول جنگ مردم به فروشگاه‌ها هجوم خواهند برد تا بتوانند مایحتاج خود را تأمین کنند. به عبارت ساده‌تر هر زمان که یک جامعه با یک بحران مواجه شود همین واکنش را از خود نشان می دهد. اجازه دهید یک مثال ساده و عینی برایتان بیاورم. چند سال پیش در فرانسه، کامیون‌داران اعتصاب و تظاهرات کردند و با توجه به نقشی که این کامیون‌داران در حمل و نقل کالاها برای مردم داشتند، مردم از ترس اینکه اعتصاب موجب کمبود یک سری کالاها می شود از ترس اینکه اعتصاب موجب کمبود یک سری کالاها می شود نیازشان شود به فروشگاه‌ها حمله کردند و بیش از نیاز روزمره خرید انجام دادند. زیرا اعتصاب کامیون‌داران این نگرانی را در ذهن بازیگران اجتماعی که مردم هستند، ایجاد کرد که ممکن است طی چند هفته آینده با کمبود کالا مواجه شوند. به همین دلیل چنین واکنشی نشان دادند.» این جامعه شناس تصریح کرد: «اما یک تفاوت عمده میان ایران و فرانسه وجود دارد و این مانع از ضرر و زیان مردم می شود و این است که در چنین کشورهای کنترل بر روی قیمت‌ها بسیار زیاد است؛ بنابراین دیگر در چنین جوامعی مانند ایران مردم زیاد روی کنند هم با مشکل افزایش قیمت مواجه نمی شوند.»

البته بخش دیگر ماجرا واکنش‌های لایه‌های مختلف است که وظیفه تهیه و توزیع کالاها را برعهده دارند. آن‌ها در چنین شرایطی قاعدتاً مانند مصرف کنندگان دچار نگرانی‌هایی از این فضای عدم امنیت می شوند و به همین دلیل برای اینکه مانع از ضرر خودشان شوند، قیمت‌ها را بالا می برند. زیرا به عقیده آن‌ها وضعیت بازار ارز مشخص نیست و آن‌ها نمی توانند کالاها را به عنوان مثال با قیمت ارز ۲۲۰۰ تومان ارائه کنند. چراکه اگر قرار باشد در مرحله تهیه کالا آن‌ها هزینه بیشتری نسبت به روز گذشته پرداخت کنند، دچار ضرر و زیان بسیاری می شوند؛ بنابراین با قیمت‌ها را افزایش می دهد یا فروش کالا را متوقف می کند.»

قاب امروز



سفال لالچین - هنری ماندگار و درخشان / عکس از: مهدی نصیری

پندبزرگان

فیلمسازان باید به این نکته نیز بیندیشند که فیلم‌هایشان را در روز رستاخیز با حضور خودشان نمایش خواهند داد.

چارلی چاپلین

به نظر من عشق و علاقه زیاد به تداوم در امر یادگیری عامل بسیار مهمی است. من در دوران کودکی آموختم که زیاد کتاب بخوانم.

بیل گیتس

سرایه

نسی قصه آن شمع چگل بتوان گفت

نی حمال دل سوخته دل بتوان گفت

غم در دل تنگ من از آن است که نیست

یک دوست که با او غم دل بتوان گفت

حافظ

امروز در تاریخ

جنگ دریایی سالامیس

۲۹ سپتامبر، سالروز جنگ دریایی سالامیس است که در سال ۴۸۰ پیش از میلاد میان ایران و اتحادیه یونانیان روی داد و ایران در آن موفق نشد. نیروی زمینی یونانیان در برابر ارتش ایران توان مقاومت نداشت و همه امید ژنرال‌های یونانی به جنگ دریایی بود. بامداد ۲۹ سپتامبر به خشایارشا اطلاع رسید که یونانیان که از آن به جزیره سالامیس فرار کرده بودند قصد رفتن به منطقه «کرن» و مقاومت از آنجا دارند که یک فریب جنگی بود. خشایارشا به کشتی‌های مصری نیروی خود دستور داد که در باریکه میان دو قسمت جزیره، راه را بر آنان ببندند که این کشتی‌ها با حمله متقابل غیر منتظره یونانیان روبه‌رو شدند و چون این باریکه عرض کمی داشت و جای مانور نبود برای نجات خود با بی نظمی دست به عقب نشینی زدند.

پیام تاریخی فرهاد دوم به امپراتوری روم

در پی برافتادن جانشینان اسکندر در شرق مدیترانه به دست ایران و در غرب آن توسط امپراتوری نوپای روم، فرهاد دوم شاهنشاه وقت ایران از دودمان اشکانی پس از عقد معاهده دوستی با چین، ۲۹ سپتامبر سال ۱۱۵ پیش از میلاد به دولت روم پیام فرستاد که قلمرو ایران همان قلمرو هخامنشیان (پیش از حمله اسکندر) و پایتخت آن شهر تیسفون (کنار دجله) خواهد بود که اخیراً ساخته شده است و این قلمرو باید از تعرض مصون باشد تا میان دو کشور که اینک همسایه شده اند صلح پایدار بماند. فرهاد دوم به رومیان پیشنهاد کرد که بهتر است اختلاف نظر‌هایی که پیش خواهد آمد از راه مذاکره و داوری حل شود تا جنگ و خونریزی.

زادروز خواجهی کرمانی

طبق روایات متعدد، خواجهی کرمانی ۲۹ سپتامبر سال ۱۲۹۰ میلادی، هفت سال پس از وفات مولوی، صوفی و شاعر بزرگ پارسی گو، به دنیا آمده است. آن زمان اوج ادبیات فارسی بود.

ایجاد حزب توده

سلیمان میرزا اسکندری، ایرج اسکندری، رضا روستا، دکتر مرتضی یزدی، محمد یزدی، بزرگ علوی، عبدالحسین نوین، دکتر محمد بهرامی و علی امیر خیزی - ۹ سوسیالیست‌های قدیمی ایران هفتم مهر ماه ۱۳۲۰ تأسیس حزب توده را اعلام داشتند که ظرف مدتی کوتاه، شماری دیگر اساسنامه حزب تازه را امضا کردند که در ردیف مؤسسان آن قرار داده شده اند.

www.iranianshistoryonthistoday.com

سودوکو

۲۲۹۲

				۸		۶	۴
		۲				۷	۱
					۲		
	۱						
۳		۵	۸	۴		۱	
			۳	۶			
		۶		۹	۱	۳	۷
							۷
		۲					
۵	۹	۷		۲			
۴	۸		۶				

۴	۸	۱	۲	۹	۵	۷	۳	۶
۷	۳	۶	۴	۸	۱	۲	۹	۵
۲	۹	۵	۷	۳	۶	۴	۸	۱
۱	۴	۸	۵	۶	۲	۹	۷	۳
۹	۲	۷	۱	۴	۳	۵	۶	۸
۵	۶	۳	۸	۷	۹	۱	۴	۲
۳	۱	۴	۹	۵	۸	۶	۲	۷
۸	۷	۲	۶	۱	۴	۳	۵	۹
۶	۵	۹	۳	۲	۷	۸	۱	۴

حل ۲۲۹۱

جدول شرح در متن

غلامحسین باغبان

اعتراف کردن	ادیب و مورخ ایرانی	آخر، ته، ملیت	موجب و عیب	حل
۱	۲	۳	۴	۵
۶	۷	۸	۹	۱۰
۱۱	۱۲	۱۳	۱۴	۱۵
۱۶	۱۷	۱۸	۱۹	۲۰
۲۱	۲۲	۲۳	۲۴	۲۵
۲۶	۲۷	۲۸	۲۹	۳۰
۳۱	۳۲	۳۳	۳۴	۳۵
۳۶	۳۷	۳۸	۳۹	۴۰
۴۱	۴۲	۴۳	۴۴	۴۵
۴۶	۴۷	۴۸	۴۹	۵۰
۵۱	۵۲	۵۳	۵۴	۵۵
۵۶	۵۷	۵۸	۵۹	۶۰
۶۱	۶۲	۶۳	۶۴	۶۵
۶۶	۶۷	۶۸	۶۹	۷۰
۷۱	۷۲	۷۳	۷۴	۷۵
۷۶	۷۷	۷۸	۷۹	۸۰
۸۱	۸۲	۸۳	۸۴	۸۵
۸۶	۸۷	۸۸	۸۹	۹۰
۹۱	۹۲	۹۳	۹۴	۹۵
۹۶	۹۷	۹۸	۹۹	۱۰۰